Münchner
Volkshochschule
Juli bis September
2011
Sommer-Volkshochschule
Münchner
Volkshochschule

Liebe Leserinnen und Leser,

einer der schönsten öffentlichen Plätze Münchens ist zugleich einer der unbekanntesten: der vom Landschaftsarchitekten Peter Kluska gestaltete Kabinettsgarten neben der Allerheiligen-Hofkirche.

Kennen Sie München? Ja, nein, vielleicht? In der Sommer-Volkshochschule haben Sie die Möglichkeit, das historische und moderne München auf vielfältige Weise kennen zu lernen oder neu zu entdecken – drinnen, draußen, zu Fuß oder mit dem Rad, für Jung und Alt, Zugereiste und für die ganze Familie.

2011 jährt sich der Beginn der Freundschaft und des diplomatischen Austausches zwischen Japan und Deutschland zum 150. Mal. Unser Themenschwerpunkt will einen kleinen Beitrag zur Belebung der deutsch-japanischen Freundschaft leisten und Sie mit der Sprache und Kultur dieses faszinierenden Landes bekannt machen.

Ob Anfänger oder Konversationsniveau – der „Neuhauser Sprachensommer“ lädt dazu ein, in kleinen Gruppen Fremdsprachenkenntnisse zu erwerben, aufzufrischen oder zu vertiefen:
Für fünf Wochen verwandelt sich der Neuhauser Trafo in ein „Sprachenhaus“, in dem neben Japanisch auch Englisch, Französisch, Russisch und Chinesisch gesprochen wird. Nach dem täglichen Unterricht erwartet Sie ein anregendes fremdsprachliches Kulturprogramm.

Den Sommer am Starnberger See genießen, kreativ sein, neue Perspektiven gewinnen und über Gott und die Welt nachdenken können Sie in Haus Buchenried. Die Wochenend- und Wochenseminare ermöglichen dabei tiefe Einblicke und intensive Lernerfahrungen. Seit September 2009 wird das Bildungszentrum der Münchner Volkshochschule modernisiert, ab sofort stehen Ihnen dort zwei neue Gästehäuser zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen eine anregende und geistreiche Sommerfrische mit der Münchner Volkshochschule!

Dr. Susanne May
Programmdirektorin der
Münchner Volkshochschule

Susanne Lößl
Koordinatorin der
Sommer-Volkshochschule

Herausgeber
Münchner Volkshochschule GmbH
Kellerstr. 6
81667 München

Postanschrift
Münchner Volkshochschule
Postfach 80 11 64, 81611 München

Homepage
www.mvhs.de

Programm-Information
Telefon (0 89) 4 80 06-61 88

Redaktion
Susanne Lößl
Frank Lange

Herstellung und Satz
Monika Cyron
Hedi Schandry

Gestaltung
Kunst oder Reklame
www.kunst-oder-reklame.de

Titelbild
www.photocase.com

Druck
Pröll Druck und Verlag GmbH
Derchinger Str. 120
86165 Augsburg

Anzeigenvertrieb
Mediengruppe Süddeutscher Verlag
Parsberg Echo Verlag GmbH
Geschäftsführer: Christian Bachschmid
Carl-Benz-Straße 11, 82205 Gilching bei München
Telefon: (0 81 05) 38 44 38
Fax: (0 81 05) 38 44 55
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1 vom 1. Oktober 2010

V.i.S.d.P.
Dr. Susanne May
Programmdirektorin

Online-Anmeldung:
www.mvhs.de

Persönliche und telefonische Anmeldung
montags, dienstags 9.00 bis 13.00 Uhr
mittwochs, donnerstags 14.00 bis 19.00 Uhr
Persönliche Anmeldung im Gasteig
auch samstags 11.00 bis 16.00 Uhr

Anmeldestellen
Zentrale: Gasteig, Rosenheimer Str. 5, 1. Stock
Nord: Am Hart, Troppauer Straße 10
Ost: Giesing, Werinherstraße 33
Süd: Harras, Albert-Roßhaupter-Straße 8
West: Pasing, Bäckerstraße 14

Telefonische Anmeldung
Zentrale: (089) 480 06-62 39
Nord: (089) 318 11 53 18
Ost: (089) 62 08 20-0
Süd: (089) 747 48 52 0
West: (089) 83 53 53

Schriftliche Anmeldung
Mit Anmeldeformular (siehe hintere Umschlagseite)

Kinderbetreuung:
Bei Kursen mit dem Zeichen besteht die Möglichkeit, Kinder ab zwei Jahren in der Kinderbetreuung unterzubringen.
Info und telefonische Anmeldung: (089) 72 10 06-12

Bitte beachten Sie:
Die Anmeldestellen in den Stadtbereichszentren sind vom 1. bis 31. August 2011 geschlossen.

COMMITTED TO EXCELLENCE
EFQM

Eine hohe Qualität der Bildungsangebote, der Beratung und des Service steht im Mittelpunkt der Arbeit der Münchner Volkshochschule GmbH.

Dieses Ziel verfolgen wir auch mithilfe eines systematischen Qualitätsmanagements nach EFQM (European Foundation for Quality Management).

Unsere Organisation wurde dafür nach der erfolgreichen Zertifizierung mit der Urkunde „Committed to Excellence“ ausgezeichnet.

Vorwort 1

Impressum 2
Anmelden und Teilnehmen 3
Anmeldeformular U 3

Sommer Fernost – Japan 7

Sommer auf Tour

Kennen Sie München?
München für Newcomer 14

Stadtviertelthemen
Vorträge, Führungen und andere Veranstaltungen
München und Umgebung
München – Mitte 17
München – Nord 22
München – Ost 31
München – Süd 35
München – West 39

Fahrradausflüge und -exkursionen
München und näheres Umland
München – Mitte 43
München – Nord 45
München – Ost 46
München – Süd 47
München – West 48

Natur erleben
Wanderungen und Exkursionen 49

München und Bayern –
Unterwegs zu Kunst und Kultur 57

Familie und Co.
Natur erleben 62
Ausflüge zu Kunst und Kultur 67
Museumswerkstatt 67

Reisevorträge 70

Studienreisen
Städtereisen, Kulturlandschaften,
aktuelle Ausstellungen 75
Politische Studienreisen 81

Sommer kreativ

Sommeratelier 2011 86
Kunst unter freiem Himmel 90
Druckgrafik – „Schwarze Kunst" 92
Künstlerisches Gestalten 96

MVHS im Museum
Das Führungsnetz 108
Überblicks- und Themenführungen
in Münchner Museen und Sammlungen 112

Kunst- und Kulturgeschichte 114
Film 119
Literatur 120
Wort & Text – Schreibwerkstätten 124
Theaterwerkschau 128
Theater 129
Mode und textiles Gestalten 134
Musik 135
Tanz 141
Fotografie und Video/Film 151

Sommer für kluge Köpfe

Politik 160
Naturwissenschaften 161
Philosophie 162
Religion 165
Psychologie und Lebenskunst 167
Studium generale 171
Lernen und Gedächtnis 172

Sommer zum Wohlfühlen

Kochkultur und Weinkunde 174
Gesundheit informativ 182
Gesundheit aktiv 184
Gesundheit aktiv für Senior(inn)en 205
ÖBZ – Ökologisches Bildungszentrum 208

Sommer international

Neuhauser Sprachensommer 212

Arabisch 212
Chinesisch 213
Deutsch als Fremdsprache 214
Englisch 216
Französisch 223
Griechisch 225
Hindi 225
Italienisch 226
Japanisch 230
Kroatisch 231
Norwegisch 231
Polnisch 232
Portugiesisch 232
Russisch 232
Spanisch 233
Schwedisch 236
Türkisch 237
Vietnamesisch 237
Gebärdensprache 237

Sommer macht Karriere

Betriebswirtschaftliche
und kaufmännische Kompetenzen 240
Rhetorik, Kommunikation
und Führungskompetenzen 245
Wirtschaft und Finanzen 249
Schreibtechniken 252
EDV 253
Internet und Multimedia 261

Sommer am See – Haus Buchenried 272

Junge Volkshochschule 107, 127, 133, 135, 177, 244, 249

Senioren Volkshochschule 16, 35, 60, 61, 62, 74, 102, 108, 114, 118, 119, 124, 133, 150, 162, 172, 184, 205-208, 222, 223, 260, 267, 270

Bildung für Menschen mit Behinderung 42, 43, 172, 237, 270

Sommer Fernost – Japan

Japanisch

Japanisch
Im Anfängerkurs KW 6118 von 1.8. bis 5.8.2011 werden Sie in einer Kleingruppe in die Sprache eingeführt und lernen zuerst die Silbenschrift Hiragana. Nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) bieten wir Ihnen an drei Nachmittagen ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturangebot. Im trainingsorientierten Kurs KG 6123 (ab 25.7.) üben Sie neben der Einführung in Hiragana von Anfang an grundlegende Gesprächssituationen ein.

Ab Lektion 1
Lehrbuch: Konnichiwa, Japan! ISBN 978-3-929378-07-8

Neuhauser Sprachensommer
KW 6118 – Kompaktkurs/5 Tage
Tomoko Hull · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 269.– · 8 Plätze · ♿
Nähere Informationen auf Seite 212.

KG 6123 – Intensivkurs 1/3 Wochen – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 11.8.2011 · € 149.– · 16 Plätze · ♿

Einführung in die japanischen Schriftzeichen
Sie wollen bald einen Japanisch-Anfängerkurs besuchen und sich vorab schon mit den Schriftzeichen beschäftigen, um Ihre Lernvoraussetzungen zu verbessern? Dieser Kurs führt Sie ein in die Welt der japanischen Schriftzeichen und gibt Ihnen bereits einen Einblick in die Silbenschrift Hiragana. Auch werden Sie einige wichtige alltägliche Ausdrücke wie z. B. Begrüßungen lernen. Im Anschluss daran wird es Ihnen nicht schwerfallen, ganz regulär mit dem Lehrbuch Ihr Japanischlernen zu starten.
Dieser Kurs ist auch für Studierende gut geeignet.
Das Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

KM 6120 – Innenstadt
Eriko Abe · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x mi 18.30 bis 20.00 Uhr · 11.8. bis 25.8.2011 · € 25.– · 8 Plätze

Einführung in Katakana,
Fortsetzung des Kurses KG 6123
Ab Lektion 3
Lehrbuch: Konnichiwa, Japan! ISBN 978-3-929378-07-8

KG 6125 – Intensivkurs 2 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. bis 5.9.2011 · € 149.– · Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten · 12 Plätze · ♿

Gesprächstrainingskurse

Grundstufenniveau
Voraussetzung: Die Teilnehmer/innen sollten gut Hiragana und Katakana lesen und sowohl die Sie- als auch die Du-Form anwenden können.
Erwünschte Kanji-Zeichen: zwischen 30 und 100.
Das Lehrmaterial ist im Kurs erhältlich.

KM 6127 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 27.7. bis 31.8.2011 · € 100.– · Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten · 12 Plätze · ♿

KM 6130 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 3 x mo und 3 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 5.9. bis 21.9.2011 · € 103.– · Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten · 8 Plätze · ♿

Grundstufe A2
Die Teilnehmer/innen können Hiragana und Katakana gut lesen und beherrschen, etwa 300 Kanji-Zeichen.

KM 6133 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 3 x di und 3 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 31.8. bis 16.9.2011 · € 103.– · 8 Plätze · ♿

Geistiger Hintergrund der Ikebana-Kunst
Unter den japanischen Kunstformen hat in Europa besonders die Kunst des Blumenarrangements, Ikebana, viel Interesse geweckt und eine weite Verbreitung gefunden. Beim Ikebana geht es nicht nur um die Komposition dekorativer Blumengestecke, sondern auch um die Vermittlung geistiger Aussagen. Ayako Graefe, die Autorin des Werkes „Das Ikebana-Buch" und Inhaberin des höchsten Lehrergrades der Sogetsu-Schule, führt anhand praktischer Demonstrationen in die Kunst des Ikebana ein und erklärt ihre kulturellen und philosophischen Hintergründe.

EG 4466 E – Vortrag mit Demonstration – Innenstadt
Ayako Graefe M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 23.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Ikebana-Ausstellung
Ikebana ist die japanische Kunst, aus nur ein paar Blumen und einfachen Zweigen ein kunstvolles Arrangement entstehen zu lassen. Fachkräfte und Künstler der Münchner Ikebana-Sogetsu e. V. zeigen ihre Werke und stehen für Ihre Fragen zur Verfügung.

GZ 8301 – Ausstellung – Bogenhausen
Ayako Graefe M.A. · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · fr 19.30 bis 21.00 Uhr · 2.9.2011 · mo bis so 10.00 bis 16.00 Uhr · 2.9. bis 11.9.2011 · 250 Plätze · ♿

Ikebana-Schnupperkurs für Erwachsene
Ikebana ist die japanische Kunst, aus nur ein paar Blumen und einfachen Zweigen ein kunstvolles Arrangement entstehen zu lassen. Die Teilnehmer/innen lernen nach den Regeln einer japanischen Ikebana-Schule moderne Arrangements zu stecken. Der Workshop wird von einer erfahrenen Lehrkraft des Ikebana Sogetsu München e. V. geleitet.
Bitte, falls vorhanden, eine Gartenschere mitbringen; Schale und Blumenhalter können am Kursort ausgeliehen und auf Wunsch käuflich erworben werden.

GZ 8303 – Workshop – Bogenhausen
Magdalena Germann, Lehrkraft des Ikebana Sogetsu München e. V. · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 11.9.2011 · € 13.– · Materialgeld € 10.– · 10 Plätze · ♿

Ikebana-Schnupperkurs für Kinder
Ikebana ist die japanische Kunst, aus nur ein paar Blumen und einfachen Zweigen ein kunstvolles Arrangement entstehen zu lassen. Auch Kinder haben Spaß an dieser kreativen Arbeit mit ansprechenden Naturmaterialien, sammeln Blumen und Zweige auf dem ÖBZ-Gelände und gestalten ihr Arrangement unter der Anleitung einer erfahrenen Lehrkraft des Ikebana Sogetsu München e. V.

GZ 8305 – Workshop – Bogenhausen
Angelika Denig · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 11.9.2011 · € 12.– · 10 Plätze · ♿

Japan – Informationen aus erster Hand
Kirschblüten und Mangas, Zen-Buddhismus und Shinkansen: Der Gegensatz zwischen dynamischen, hochmodernen Großstädten und der uralten Tradition und Kultur macht den Reiz aus, den Japan auf viele Menschen im Westen ausübt. Welche Rolle spielen Traditionen im modernen Alltag Japans? Vor welchen Zukunftsherausforderungen stehen Wirtschaft und Gesellschaft – gerade auch nach der Katastrophe von Fukushima? Ein Vertreter des Japanischen Generalkonsulats in München stellt sein Land vor.

BO 205 G – Vortrag – Grünwald
N.N. · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mi 19.30 bis 21.00 Uhr · 28.9.2011 · € 4.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Japan – Sitten und Gebräuche
Obwohl zunehmend an westlichen Vorbildern orientiert, ist uns die japanische Gesellschaft fremd geblieben. Die Dozentin, selbst Japanerin und mit der westlichen Kultur vertraut, stellt Sitten und Gebräuche vor, die uns den japanischen Wohn- und Lebensalltag näherbringen.

EG 5326 E – Diavortrag – Innenstadt
Ayako Graefe M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 9.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Japan – Denken und Handeln in Alltag und Berufsleben
Warum reisen Japaner nur in Gruppen, lächeln immer und sagen niemals Nein? Dieser Vortrag möchte mit Beispielen aus dem Alltags- und Berufsleben deutlich machen, welche Denkweisen hinter den uns manchmal fremd anmutenden Verhaltensweisen von Japanern stehen. Für alle, die privat oder beruflich mit Japan und Japanern zu tun haben.

EG 5327 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Claudia Graefe-Gasior M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 16.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Kyushu – eine Inselrundfahrt im Süden Japans
Auf diese drittgrößte Insel Japans führen keine ausgetretenen Touristenpfade. Dafür begeistern neben Tempeln, Schreinen und Gärten in dieser Region vor allem die vulkanisch geprägten Landschaften, der Krater des großen Aso-Vulkans im Herzen der Insel sowie die Onsen-Badeorte mit ihren heißen Quellen. Kyushu war auch in der frühen Geschichte Japans das Einfallstor von China, Korea und der westlichen Welt in das abgeschottete Land. Wir entdecken eine noch wenig bekannte Region Japans und werden die Städte Fukuoka, Nagasaki, Kurokawa, Beppu, Kagoshima und Kumamoto kennenlernen.

EG 5324 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Dr. Karl H. Jendges · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 12.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Das alte Japan

Die Blütezeit der Farbholzschnitte
In Edo (Tokio), dem Machtzentrum der Schogune, entfalteten sich ab dem 17. Jahrhundert bürgerliche Kunstformen in ihrer ganzen Pracht – wie das Kabuki-Theater oder die raffinierten Farbholzschnitte, deren filigrane Genauigkeit, beeindruckende Bildgestaltung und gekonnte Farbgebung bis heute nichts von ihrer Faszination verloren haben. Somit löste das aufstrebende Bürgertum in Edo während der Edo-Zeit (1603–1868) die Aristokratie und die kaiserliche Hauptstadt Kyoto als Träger von Kunst und Kultur ab. Eine Zeit voller Schönheit und Eleganz.

EG 4460 E – PowerPoint-Präsentation – Innenstadt
Dr. Choung-Hi Lee-Kuhn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 18.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Japonismus im Impressionismus und Jugendstil
Als im 19. Jahrhundert erstmals Meisterwerke des japanischen Farbholzschnitts nach Europa kamen, wurden diese von Künstlern wie Monet, Pissarro, van Gogh oder Klimt begeistert aufgenommen und zur Quelle der Inspiration. Diese japanische Kunstform kannte weder Zentralperspektive noch Schatten und zeigte damit der europäischen Kunstszene neue Wege auf. So entstanden im Impressionismus und Jugendstil Meisterwerke mit ausgeprägten Linien und Flächen, mit spannenden Überschneidungen und Sprüngen, die bis heute die Betrachter in ihren Bann ziehen.

EG 4462 E – PowerPoint-Präsentation – Innenstadt
Dr. Choung-Hi Lee-Kuhn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 25.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Japonismus in Gemälden der Neuen Pinakothek
Die europäische Kunst im 19. Jahrhundert, vor allem der Impressionismus und der Jugendstil, wurden erheblich von der ostasiatischen Kunst beeinflusst. Chinesische Tuschmalerei und japanische Farbholzschnitte dienten den Künstlern als Quelle neuer Formfindungen. Paul Cézanne, Edgar Degas, Édouard Manet, Claude Monet, Vincent van Gogh und Paul Gauguin … alle waren begeisterte Sammler und Bewunderer japanischer Kunstgegenstände. Die Faszination hat in den Werken der Künstler deutliche Spuren hinterlassen. Gehen Sie mit auf Spurensuche!

EM 5770 E – Kunstgespräch – Innenstadt
Dr. Choung-Hi Lee-Kuhn · Neue Pinakothek · Barer Str. 29 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 17.7.2011 · € 8.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Im Schatten des Shogun
Philipp Franz von Siebolds Japanreise
Der Würzburger Arzt Philipp Franz von Siebold (1796–1866) ging im Auftrag der Ostindien-Kompanie nach Japan, das damals Ausländern fast nie Zutritt gewährte. 1823 erreichte er Nagasaki, wo er Patienten behandelte, westliche Medizin lehrte und sich mit der japanischen Kultur und Lebensweise vertraut machte. 1928 wurde er aus Japan verbannt, da er Landkarten und anderes verbotenes Exportgut ausführen wollte. Seine Aufzeichnungen prägten das Japanbild in Europa und bieten einen spannenden Blick auf Nippon kurz vor dessen Aufbruch in die Moderne.

EG 4464 E – PowerPoint-Präsentation – Innenstadt
Dr. Choung-Hi Lee-Kuhn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Teezeremonie im Japanischen Teehaus im Englischen Garten
Der Teeweg ist ein vom Zen beeinflusster Übungsweg, dessen Anfänge bis ins 13. Jahrhundert zurückreichen. Die wesentliche Formung erhielt der Teeweg im 16. Jahrhundert durch Sen no Rikyu, dem wohl bedeutendsten Teemeister der japanischen Geschichte. Die meditative und kunstvolle Zubereitung und das Servieren des grünen Tees erfolgen nach genauen Regeln. Bei der Zubereitung des Tees sind die innere Empfindung und die Harmonie der Bewegungen wichtig. Die Vorführung besteht aus einem Einführungsvortrag und einer Teezeremonie (die Besucher sitzen im europäischen Teil des Hauses auf Bänken). Anschließend werden eine japanische Süßigkeit und Tee gereicht.

EM 5089 – Vortrag mit Verkostung
Wolf-Dieter Schoof · Treffpunkt: Japanisches Teehaus im Englischen Garten direkt hinter dem Haus der Kunst · so 13.00 bis 14.00 Uhr · 11.9.2011 · € 8.– · Anmeldung erforderlich · 30 Plätze

Design und Wohnraumgestaltung
Feng Shui – Harmonie & Ästhetik
Jeder hat es schon einmal erlebt: Man betritt einen Raum und fühlt sich spontan wohl oder unwohl. Nur selten können wir erklären, warum das so ist. Feng Shui verleiht dieser intuitiven Empfindung eine Sprache. Sie werden Gesetzmäßigkeiten und Zusammenhänge zwischen Raum und Wohlfühlen kennen lernen, Ihren Wohnbereich fortan mit anderen Augen sehen und bei Bedarf Ihren Bedürfnissen entsprechend gezielt verändern können.
Bitte bringen Sie einen Grundriss Ihres Wohnbereiches mit, auf dem die Himmelsrichtung Nord mit einem Pfeil markiert ist.

EN 7966 – Am Hart
Sophia von Niessen · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · di 19.00 bis 21.00 Uhr · 6.9.2011 · € 14.– · 9 Plätze · ♿

Japan mit Körper und Geist erfahren
Obwohl der Shintoismus die ursprüngliche Religion Japans ist, verbinden wir im Westen mit diesem bedeutenden asiatischen Inselstaat viel eher den Zen-Buddhismus, dieser ist aber nur eine Form des Buddhismus in Japan. Der chinesische Konfuzianismus und Daoismus haben ebenfalls ihre Spuren hinterlassen und nicht zuletzt Christentum und westliche Philosophie. Die Darstellung der Geschichte dieser religiösen und philosophischen Strömungen wird eingebettet in Meditations-, Bewegungs- und Zeichenübungen, um die japanische Kultur in ihrer Gesamtheit besser kennen zu lernen.

DZ 5940 – Seminar – Bogenhausen
Dr. Julian Braun · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mi/do/fr 10.00 bis 13.00 Uhr · 31.8./1./2.9.2011 · € 35.– · 20 Plätze · ♿

Was bedeutet Kami?
Die Vielfalt des japanischen Gottesbegriffs
Der japanische Begriff Kami dient sowohl zur Bezeichnung der japanischen Götter des Shinto, der Seelen von Verstorbenen, als auch zur Übersetzung des Begriffes „Gott" der Theologen. Eine Darstellung der Begriffsgeschichte sowie ein Überblick über den Gebrauch bis in die Gegenwart wird präsentiert.

DG 5960 E – Vortrag – Innenstadt
Johann Limmer · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 13.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Klassischer japanischer Kabuki-Tanz
Der klassische japanische Kabuki-Tanz stammt aus dem Beginn des 17. Jahrhunderts und ist eine Stilsynthese aus religiösen, höfisch-zeremoniellen und bäuerlich-komischen Tanzelementen. Mit Hilfe von Make-up, Kostümen und Requisiten, wie z. B. Fächern und Tüchern, werden tänzerisch und pantomimisch Geschichten dargestellt. Einführend werden die grundlegenden Bewegungsprinzipien zu klassisch-japanischer Musik vermittelt und geübt. Dann werden bekannte Tänze (z. B. der Kirschblüten-Tanz „Sakura-Sakura") vorgestellt und kurze Teile daraus einstudiert.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; Bewegungserfahrung, auch aus anderen Tanzrichtungen, ist von Vorteil.
Bitte mitbringen: einen langen Rock oder ein langes Kleid (Männer eine bequeme Trainingshose), falls vorhanden, einen Kimono; ein großes Tuch, das die Schultern bedeckt und bis zu den Handgelenken reicht, Socken (keine Stopp-Socken).

EG 3477 – Innenstadt
Eiko Hayashi · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 19.30 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 56.– · 6 Plätze

Sommer auf Tour

Kennen Sie München? München für Newcomer

Sie sind noch nicht lange in München und wollen in diesem Sommer die Stadt für sich entdecken, Gleichgesinnte kennenlernen und unter ortskundiger Leitung Plätze und Straßen, berühmte Persönlichkeiten und interessante Institutionen kennenlernen? Dann haben wir ein umfangreiches Angebot für Sie: von der Stadtmitte bis in die Stadtbereiche. „Sonntags um Elf" erwartet Sie unser Dozententeam, um Ihnen Interessantes, Historisches, Humorvolles und Aktuelles vorzustellen. Nicht nur Neumünchner kommen hier auf ihre Kosten.

Mein unbekanntes München – Wahrheit oder Legende?
Hexen und Affen, Lindwürmer und verdächtige Goldschmiede – steckt nun hinter diesen Sagen und Legenden ein Körnchen Wahrheit? Es gibt viele Geschichten hinter der „offiziellen" Geschichte Münchens. Sie sind meist spannend und lustig und lassen uns rätseln – Wahrheit oder Legende?

CM 35 E – Führung – Altstadt
Franz Krause · Treffpunkt: Servicepoint Bayerische Schlösser & Museen · Alter Hof 1 · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 10.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Historische Gebäude, Plätze und berühmte Menschen Eine Zeitreise durch Schwabing und die Maxvorstadt
Kennen Sie den Aufenthaltsort von Lenin in Schwabing, das Wohnhaus von Bertold Brecht oder das Geburtshaus von Franz Josef Strauß? Woher hat die Münchner Freiheit ihren Namen und wo lebten und wirkten die Geschwister Scholl? Auf den Schutthügeln des Krieges kämpften Sportler aus aller Welt um Medaillen und im Museenviertel spannt sich der zeitliche Bogen über zwei Jahrhunderte. Bei dieser Radexkursion (ca. 15 km) kommen Sie zu Plätzen und Gebäuden, die Geschichte schrieben in Kunst, Kultur und Politik.
Die Tour findet bei jedem Wetter statt. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Fahrrad mit.

CM 93 E – Radwanderung – Maxvorstadt
Richard Roth · Start und Ende: Ludwig-Maximilians-Universität, Prof.-Huber-Platz (Unibrunnen) · so 11.00 bis 14.00 Uhr · 17.7.2011 · € 7.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Hilfe, meine Gäste wollen München kennenlernen!
Wer kennt diese Situation nicht? Bei diesem Stadtspaziergang durch die Altstadtviertel lernen wir nicht nur die bekannten historischen Gebäude und Plätze kennen, sondern auch verborgene Höfe und Altmünchner Winkel mit Tipps für Restaurants und Cafés gehören zu diesem Rundgang.

CM 33 E – Rundgang 4 – Altstadt
Jutta Kafka · Treffpunkt: Rosenapotheke · Rosenstr. 6/Ecke Rindermarkt · so 11.00 bis 13.30 Uhr · 24.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Das alte Perlach zwischen Pfanzeltplatz und S-Bahn
Das ehemalige, einst eigenständige Bauerndorf Perlach ist heute ein belebter Stadtteil Münchens und älter als die Landeshauptstadt. An vielen Häusern und an teils versteckten Stellen kann man noch Daten und Hinweise auf das damalige Leben entdecken. Mit alten Fotos und Archivmaterial ergänzt, entsteht eine spannende Reise in die Vergangenheit. Es gibt auf dem Rundgang viel G'schichterl zu erzählen: vom Leben der Bauern, dem geheimnisvollen Hachinger Bach, von den Überrheinern, den Gärtnereien, der Limonadenfabrik, der Branntweinbrennerei oder der ältesten protestantischen Gemeinde im Münchner Osten. Wer in Perlach wohnt oder hier soeben zugezogen ist, wird künftig mit einem ganz anderen Blick auf seinen Stadtteil unterwegs sein.

CO 2217 E – Führung Perlach
Cordula Steger · Treffpunkt: Dorfbrunnen am Pfanzeltplatz · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 31.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 14 Plätze

Durch die Feldmüllersiedlung zum Nockherberg
Hinter der katholischen neugotischen Hallenkirche Heilig Kreuz in Giesing, der ältesten Pfarrkirche des Stadtviertels, erstreckt sich eine unter Denkmalschutz gestellte und zwischen 1840 und 1845 errichtete Kleinhaussiedlung, als Feldmüllersiedlung benannt nach Theres Feldmüller, einer frühen Grundstücksspekulantin. Die Ortschaft Giesing wurde bereits um 790 als „Kyesinga" erwähnt und 1854 nach München eingemeindet. Auf dem Weg zum Nockherberg (mit Einkehr-Möglichkeit) passieren wir noch einige markante Plätze Giesings (die evangelische Luther-Kirche, das ehemalige Hertie-Gelände, Bergstraße 33, Krone-Park, Bahnlinie …), einem sozial und kulturell vielfältigen Viertel im Umbruch.

CO 2413 E – Führung – Obergiesing
Ingrid Oxfort · Treffpunkt: vor der Telapost, Silberhornstr. (U2) · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 7.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 15 Plätze

Neuhausen Ost – Kasernen, Kneipen und ein Kloster
Der Ostteil Neuhausens zwischen Landshuter Allee, Dom-Pedro-, Dachauer-, Lazarett- und Nymphenburger Straße war einst vom Militär geprägt. Die Entwicklung dieses Viertels vom Bauernland über den Bau und die Nutzung der Kasernen im 19. und 20. Jahrhundert bis zur Entstehung des heutigen Wohnviertels werden bei diesem Rundgang aufgezeigt. In Zusammenarbeit mit der Geschichtswerkstatt Neuhausen e. V.

CW 4510 E – Führung – Neuhausen
Franz Schröther · Treffpunkt: Kirche St. Theresia, Landshuter Allee/Dom-Pedro-Str. · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 14.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Der Münchner Norden hat etwas zu bieten!
Natur und Kultur – eine Radtour zum Kennenlernen!
Der Münchner Norden zeigt auf dieser Radtour seine beste Seite: Natur im nördlichen Englischen Garten, in den Isarauen, Wälder, alte Wasserläufe und Kanäle, vorbei an Schloss Schleißheim und Lustheim, über den Klausenweg und viele weitere kulturelle Kleinode auf der Strecke von der Münchner Freiheit zur Endstation am Feldmochinger Bahnhof. Streckenlänge ca. 40 km.

CN 1400 – Radtour – Schwabing Nord
Richard Roth · Treffpunkt: Münchner Freiheit, Ecke Haimhauserstr. · so 11.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 21.8.2011 · € 9.– · 20 Plätze

Olympiapark: BMW Welt, Olympiaturm, Olympiadorf
Der Olympiapark – seit den Olympischen Spielen 1972 aktuell wie eh und je, insbesondere durch neue Bauten wie BMW Welt, Umbauten der Olympiahalle sowie Neubauten der Studenten-Bungalows.
Wir starten mit einem Blick in die BMW Welt, anschließend genießen wir die herrliche Aussicht vom Olympiaturm, weiter geht es durch die größte zusammenhängende Sportanlage mitten in einer Stadt und abschließend führt uns der Weg durch das Olympiadorf, eine einmalige Großwohnanlage.
In Zusammenarbeit mit dem DGB Bildungswerk.

CN 1019 – Führung – Olympiapark
Gertraud Zettler · Treffpunkt: U3 Olympiazentrum, Ausgang Olympiaturm · so 11.00 bis 14.00 Uhr · 28.8.2011 · € 5.– · Zuzüglich Turmauffahrt € 3.50 · 11 Plätze · ♿

„Drumrum um die Baustelle“
Hans Grässels Altersheim und der
Luise-Kiesselbach-Platz
Im Mittelpunkt unseres Rundganges steht der bereits begonnene Umbau des Luise-Kiesselbach-Platzes mit der Untertunnelung. Beherrschendes Bauwerk dieses Platzes ist das Altersheim, das vom Stadtbaurat Hans Grässel ab 1925 als ein „Gesamtkunstwerk“ errichtet worden ist. Die großzügige Anlage – trotz historisierender Formensprache ein richtungsweisender Bau – dominiert eine bemerkenswerte, neubarocke Kirche. Zum „Drumherum“ gehört auch ein (fast) original erhaltenes Münchner Wirtshaus aus den zwanziger Jahren, das wir zum Abschluss besuchen werden.

CS 3251 E – Führung – Sendling-Westpark
Dr. Dieter Klein, Historischer Arbeitskreis Sendling · Treffpunkt: Haus St. Josef, Haupteingang · Luise-Kiesselbach-Platz 2 · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 4.9.2011 · € 5.– bei Anmeldung · Restkarten € 6.– nur am Treffpunkt · 20 Plätze

Senioren Volkshochschule
Der alte Südfriedhof – Bayerns Pantheon
Der Alte Südliche Friedhof wurde einst für die Toten der Pest und für arme Leute von Herzog Albrecht V. gegründet, da die innerstädtischen Gottesäcker nicht mehr ausreichten. Im 19. Jahrhundert diente dieser Friedhof als Begräbnisstätte vieler berühmter Persönlichkeiten, von deren Leben und Wirken erzählt wird, z. B. Spitzweg, Pettenkofer, Senefelder, Gabelsberger, Ohm und Klenze. Auch zwei Indianerkinder, der erste Münchner Protestant, drei Münchner Originale, der Texter der Bayernhymne und viele andere haben hier ihre letzte Ruhe gefunden.

EM 5054 E – Führung – Innenstadt
Jutta Kafka · Für Senior(inn)en · Treffpunkt: Stephansplatz, Eingang Südlicher Friedhof · so 11.00 bis 14.00 Uhr · 11.9.2011 · € 10.– · Anmeldung erwünscht · 20 Plätze

Russisch-orthodoxes Kloster des Heiligen Hiob
Mit dem Fall des Eisernen Vorhangs rückte auch die dritte der drei großen christlichen Konfessionen, die Orthodoxie, wieder vermehrt in unseren Blickwinkel. Das kleine Kloster zum Heiligen Hiob ist ein Ableger eines der vier größten russischen Klöster. Bereits nach der russischen Revolution waren Teile der dortigen Bruderschaft über die Schweiz nach München geflüchtet, wo sie 1945 das Kloster gründeten. Heute beherbergt es zehn Mönche, die vom Drucken der Heiligen Schrift und Herstellen der typischen Kerzen leben. Es gehört zur russisch-orthodoxen Diözese des Bischofs von Berlin und Deutschland.

CW 4018 – Führung – Obermenzing
N.N. · Treffpunkt: Hofbauernstr. 26, am Klostereingang · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 18.9.2011 · € 5.– · 18 Plätze

Senioren Volkshochschule
Alt-Haidhausen – vom Herbergsviertel zur Hofmark
Wir laden Sie zu einem Spaziergang durch das beliebte Stadtviertel ein. Vorbei an zwei kleinen Kirchen, letzte Zeugnisse des ehemaligen Leprosenhauses, spazieren wir auf der „Seufzerallee“. Am Max-Weber-Platz lernen Sie die „Herbergen“ der einfachen Handwerkern und Tagelöhnern kennen. St. Johannis mit seinen Fenstern aus der Zeit um 1900, das „Übelackerhaus“, die alte Haidhauser Pfarrkirche und das Hofmarkschloss sind weitere Stationen des Rundgangs.

EO 5086 E – Führung – Haidhausen
Jutta Kafka · Für Senior(inn)en · Treffpunkt: Eingang Müllersches Volksbad, Rosenheimer Str. 1 · so 11.00 bis13.30 Uhr · 25.9.2011 · € 10.– · Anmeldung erwünscht · 18 Plätze

Stadtviertelthemen

Vorträge, Führungen und andere Veranstaltungen München und Umgebung

München – Mitte

Kultur- und Stadtgeschichte Münchens im Spiegel seiner Gärten, Parks und Grünanlagen
Der Garten ist das Urbild aller Kultur: der Paradiesgarten, der Garten (bei) Eden, besser: jenseits der Ödnis, der Wüste. Von diesem Idealbild aus entwickeln sich Gärten als eingefriedete und gepflegte Orte der Stille und Harmonie zwischen Pflanzen, Tieren und Menschen. So ein Ort ist der Garten im klösterlichen Kreuzgang, dann der Hofgarten als anmutiger Schauplatz hierarchischer Hofgesellschaft. Mit dem englischen Landschaftspark eröffnen sich Tiefen und Weiten für breitere bürgerliche Schichten. Parks und Grünanlagen werden zum Strukturelement neuzeitlicher Städte und Siedlungen – als Kontrapunkt zu verdichteten Wohn- und Wirtschaftsräumen: Stadtpark und Gartenstadt als neues Ideal und Renaturierung als neues Konzept.
In fünf Rundgängen wird diese Entwicklung in München nachvollzogen.

CM 11 – Führungsreihe – Altstadt
Dr. Willibald Karl · Erster Treffpunkt: Marienplatz, Mariensäule · weitere Treffpunkte, siehe Ausschreibung CM 13 E bis CM 21 E · 5 x sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 16.7. bis 13.8.2011 · € 20.–

Vom Hof-Garten zum Landschaftspark
In der Münchner Altstadt gab und gibt es viele Gärten in privaten und klösterlichen Höfen. Den Hofgarten gibt es seit Ende des 15. Jahrhunderts nordöstlich der herzoglichen Neuveste, dann nördlich der kurfürstlichen Residenz. Für die Allgemeinheit geöffnet, wurde er durch den ungeliebten Karl Theodor. Desgleichen entstanden aus den Offiziersgärten auf dem Hirschanger unterhalb des Schönfelds der weitläufige „Englische Garten" für eine wachsende Bürgerschaft. Seine Schöpfer Rumford, Werneck und Sckell hatten durchaus unterschiedliche Grundvorstellungen.

CM 13 E – Führung – Altstadt
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Odeonsplatz, Tor zum Hofgarten · sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 16.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Gartenbau zwischen Kunst und Ökonomie
Die Verlegung der Friedhöfe, Salzstädel und Dulten vor die Stadtmauern und die Schleifung der Stadtbefestigung schufen mehr Gestaltungsraum für die Kernstadt. Dieser wurde zunächst noch ausschließlich von der staatlichen Obrigkeit bestimmt. Dabei spielten ökonomische und ästhetische Motive eine konkurrierende Rolle. Erstmals ergriff 1837 der Magistrat München die Initiative, um an der Isar Anlagen mit wirtschaftlichen Zielen zu schaffen (später Flaucher) und dafür einen Stadtgärtner zu beschäftigen.

CM 15 E – Führung – Altstadt
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Sendlingerstr./Ecke Hackenstr. · sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 23.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Stadtgärtnerei und Gartenstadt
Das explosionsartige Wachstum Münchens in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts schuf die Notwendigkeit die Stadt nicht nur durch neue Achsen und Plätze zu strukturieren, sondern auch durch Anlagen zu gestalten. Es ist die Zeit der großen Blumenschmuck-Rabatten (Promenadeplatz, Karolinenplatz, Gärtnerplatz) und des „Isar-Kais" (Gasteig- und Maximilians-Anlagen). Gartenbau wird zu einem Qualitätsmerkmal für Stadtentwicklung; der Begriff „Gartenstadt" zur Chiffre für urbane Lebensqualität. Die vier Großfriedhöfe entstehen, der Luitpoldpark und viele „Handtuch-Plätze".

CM 17 E – Führung – Gärtnerplatzviertel
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Staatstheater am Gärtnerplatz · Gärtnerplatz 3 · sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 30.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Eine Stadt wird grün – „modelliert"
Nach Kriegs-, Not- und Wiederaufbauzeiten wurde erst nach 1960 städtisches Grün wieder zu einer Dominante in der Stadtentwicklung. Einen Anfang bildete die Begrünung der großen Schuttberge in Schwabing, am Oberwiesenfeld und Neuhofen. Mit Olympiapark, Ostpark und Westpark entstanden neue großflächige und multifunktionale Landschaftsparks, die mit umfangreichen Erdbewegungen und Geländemodellierungen sowie Wasserführungen künstlich und künstlerisch gestaltet wurden.

CM 19 E – Führung
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Olympiapark (Eingang Schwimmhalle) · Coubertinplatz 1 · sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 6.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

„Solang die grüne Isar" – von der Regulierung zur Renaturierung: der „Isar-Plan"
Das Schmelzen der Landschaftsressourcen führte zu naturnäherer Stadtplanung, zur Ausweisung von Ökotopen im Stadtgebiet, zur Schaffung und Verbindung neuer Grünanlagen und Parks zu Grünzügen auch in Stadtrandgebieten und zum Rückbau vielfältiger Naturregulierungen, wie sie im großen Umfang vor über 150 Jahren zum Hochwasserschutz begonnen und 50 Jahre später zur Energiegewinnung fortgesetzt worden waren. Das umfassendste Projekt der Renaturierung ist im „Isar-Plan" und seiner Realisierung zu sehen.

CM 21 E – Führung – Isarvorstadt
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Corneliusbrücke (Mitte, Kulturstrand) · sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 13.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Münchner Zeitensprünge
Den Titel Weltstadt mit Herz legte sich München in den 1950er Jahren zu. Noch wenige Jahre zuvor zierte sie sich mit den zweifelhaften Auszeichnungen Hauptstadt der Bewegung und Hauptstadt der Deutschen Kunst. Als Deutsches Rom war sie das Zentrum der Gegenreformation. Die herzogliche, kurfürstliche und königliche Haupt- und Residenzstadt kann auf eine reichhaltige Geschichte zurückblicken. Diese wollen wir auf unserem Spaziergang erkunden.

CM 9 E – Führung – Altstadt
Rudolf Hartbrunner · Treffpunkt: Marienplatz, Mariensäule · so 14.00 bis 16.30 Uhr · 25.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

La cittá più a nord d`Italia
Ein Spaziergang durch München
Mit Henriette Adelaide von Savoyen kamen italienische Baumeister und Einflüsse nach München. Richtet sich der Blick vom Odeonsplatz auf die Theatinerkirche und die Feldherrnhalle, die ein Abbild der Loggia dei Lanzi in Florenz ist, fühlen wir uns Italien sehr nahe. Die Führung spannt einen Bogen zwischen Kultur und Geschichte, Wirtschaft und Dolce vita in München und wird in italienischer Sprache durchgeführt.
Già con Enrichetta Adelaide di Savoia arrivarono a Monaco architetti e influenze italiane.Guardando a piazza Odeon, la chiesa dei Teatini o la loggia dei marescialli, fatta su modello della Loggia dei Lanzi fiorentina, ci sentiamo molto vicini all´Italia. La visita guidata crea un arco tra cultura e storia, economia e dolce vita a Monaco, naturalmente la guida sarà in lingua italiana!

CM 32 E – Führung in italienischer Sprache – Altstadt
Dott. Fiorella Palini · Treffpunkt: Max-Josef-Platz, am Denkmal · so 10.30 bis 12.00 Uhr · 17.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

München erwacht – ein Erlebnis!
Beginnen Sie den Tag doch einmal mit einem Spaziergang durch das noch stille München. Betrachten Sie ohne Trubel und Gedränge die Schönheiten und Sehenswürdigkeiten und werfen Sie einen Blick von ganz oben auf die Silhouette der Stadt. Je nach Kondition – entweder nach einem Aufstieg vom Alten Peter aus – oder ein wenig einfacher mit einer Paternosterfahrt im Rathaus.

CM 39 E – Führung – Altstadt
Anneliese Döhring · Treffpunkt: Marienplatz am Fischbrunnen · di 8.00 bis 10.00 Uhr · 19.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort (ggf. Eintritt Turmaufgang)

Frauenabend – Ausgehen in München
Haben Sie Lust, nette Bars kennen zu lernen? Wo kann frau am Abend schön ausgehen, etwas trinken, sich amüsieren – gepflegt, elegant oder gemütlich leger? München bietet jede Menge traditionsreicher und schöner Lokale, Clubs, Cafés. Wir streifen durch die Altstadt und schnuppern nächtliche Ausgeh-Luft.

CM 43 – Führung – Altstadt
Petra Rhinow M.A. · Treffpunkt: Marienplatz am Fischbrunnen · do 18.00 bis 20.00 Uhr · 4.8.2011 · € 8.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Vom Abo-Essen zur Susi-Bar
Wirtshauskultur im Glockenbachviertel
Die Ursprünge von Kneipenkultur, Theatern und anderen Vergnügungen lagen schon immer in dem Viertel, das heute als Szenenviertel gilt. Im alten München bestimmten noch die Zünfte die Strukturen der Wirtshäuser. Mit dem Aufkommen der Großbrauereien und der Bebauung der Vorstädte veränderte sich auch die Gastronomie. Wer weiß noch, wo es ehemals günstige Abo-Essen gab und Jörg Hube oder Bruno Jonas ihre ersten Auftritte hatten. Auf unserem Weg hören wir Geschichten über das Fraunhofer, den Rumpler, über alte und neue Wirtshauskultur und in einer noch ursprünglich-rustikal erhaltenen Bierwirtschaft mit dem Flair vergangener Zeiten endet die Tour.

CM 60 E – Führung
Heinrich Ortner · Treffpunkt: U-Bahn-Station Fraunhoferstr. (U1/U2), Zwischengeschoss · do 16.00 bis 18.00 Uhr · 21.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Zwischen Moscheen und Basaren
Unterwegs im Münchner Bahnhofsviertel
Unweit des Stadtzentrums haben sich Einwanderer aus der Türkei, aus Persien und der arabischen Welt seit den 90er Jahren ihre eigene Geschäfts- und Lebenswelt geschaffen. Fast alle bekennen sich zum Islam, den sie in den ca. 30 Moscheen vor Ort praktizieren. Auf dem Weg durch enge Gassen, dichtbevölkerte Passagen und triste Hinterhöfe gewinnen Sie Einblicke in ein weitgehend unbekanntes Stadtviertel, in dem Globalisierung nicht diskutiert, sondern gelebt wird.

CM 70 E – Führung – Ludwigsvorstadt
Dr. Elisabeth Siedel · Treffpunkt: Münchner Hauptbahnhof, Gleis 11 · Eingang Bahnhofsmission · fr 16.00 bis 18.00 Uhr · 22.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

GOTT ist überall – interreligiöse Spurensuche
Am westlichen Ende des südlichen Bahnhofsviertels ist das katholische Eck mit der St. Pauls Kirche. Im Osten liegen St. Matthäus und das protestantische Eck mit dem evangelischen Handwerksverein und dem CVJM. Dazwischen haben sich Muslime mit einer Vielzahl von Moscheen und Gebetsräumen niedergelassen. Im Austausch mit Menschen aus verschiedenen Einrichtungen wollen wir mehr erfahren über das tägliche Miteinander, über Gemeinsamkeiten und Trennendes.

CM 73 E – Führung – Ludwigsvorstadt
Anne-Isabelle Zils/Karnik Gregorian · Treffpunkt: Theatergemeinde München · Goethestr. 24 · do 16.00 bis 18.00 Uhr · 14.7.2011 · € 5.– · Anmeldung erforderlich

O´zapft werd – ein Blick auf die Vorbereitungen für das Oktoberfest
Bereits im Juli beginnen die Aufbauarbeiten für das größte Volksfest der Welt. Bei unserem Rundgang durch die teilweise schon aufgebaute „Wiesn" reden wir über die Geschichte des Oktoberfestes und darüber, was die Einmaligkeit dieses Volksfestes ausmacht. Beim Besuch des Servicezentrums der Stadt erfahren Sie, welche Angebote und Dienstleistungen hier während des Festes geboten (und genutzt) werden.

CM 76 E – Führung – Ludwigsvorstadt
Heinrich Ortner · Treffpunkt: U-Bahnhof Theresienwiese (Ausgang zur Festwiese, Oberfläche) · fr 15.00 bis 17.30 Uhr · 19.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung · Restkarten € 6.– nur am Veranstaltungsort

A´ Hochzeit, Hirschen und a´ guader Biergeist
Nach den vorangegangenen unruhigen Zeiten war das Fest anlässlich der Hochzeit des Kronprinzen Ludwig eine willkommene Gelegenheit, das Volk wieder positiv zu stimmen. Sie hören von seinem Ursprung, den alten Belustigungen und Attraktionen und den heutigen Anforderungen an das Oktoberfest – untermalt mit Geschichten vom Bayrischen Herkules und wia er im Zweispänner auf d`Wiesn g´fahrn is, vom Ochsen Friedrich, von den Rekommandanten und vom guten Biergeist. Bayerische Volkskultur, hintergründige G´schichten und bildreiche Märchen in bairischer Mundart. Auf geht´s!

CM 77 E – Führung – Ludwigsvorstadt
Heinrich Ortner/Karin Ostberg · Treffpunkt: U-Bahnhof Theresienwiese (Ausgang zur Festwiese, Oberfläche) · do 16.00 bis 18.00 Uhr · 1.9.2011 · € 8.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Schichtl, Krinoline und Kettenflieger –
mit Romantik hat das alles nichts (mehr) zu tun
Vor hundert Jahren versetzten das legendäre Wies´n-Variété von Papa Schichtl und die schwankende Plattform der Krinoline das Publikum noch in Stimmung, heute ist es ein hart umkämpftes Geschäft und der Anspruch der Besucher hat sich verändert. Trotzdem haben „Traditionsgeschäfte" nach wie vor ihren festen Platz auf dem Oktoberfest. Wir besuchen einige der altbekannten und -bewährten Fahrgeschäfte und deren Betreiber werden uns von ihrem turbulenten Leben und Arbeiten auf dem Rummelplatz erzählen.

CM 79 E – Führung – Ludwigsvorstadt
Heinrich Ortner · Treffpunkt: Haupteingang Theresienwiese (am Mahnmal) · Bavariaring · di 10.00 bis 12.00 Uhr · 27.9.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Handwerkern und Künstlern
über die Schulter schauen ...
können Sie, wenn Sie sich dieser Entdeckungstour rund um die Parkstraße anschließen. Hier, im Osten vom Westend, finden sich lauter kreative Köpfe – jung, frech und witzig. Wir verraten Ihnen einige Geheimtipps im wahrscheinlich urbansten Viertel Münchens. Sie dürfen einen Blick hinter die Kulissen der Werkstätten werfen und können den Machern bei der Arbeit zuschauen. Gerade dieser Teil des Westend hat mehr zu bieten, als Sie vielleicht ahnen! Von wegen „Scherbenviertel" – hier lassen sich noch echte Entdeckungen machen: Kunst, Handwerk und modernes Design – alles original „Made in Westend".

CM 83 – Führung und Atelierrundgang – Westend
Esther Weigand · Treffpunkt: Alter Messeplatz/Ecke Schießstättstr. · fr 17.00 bis 19.00 Uhr · 23.9.2011 · € 15.– · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Schwabinger Bohème
Vom „Prinz Kuckuck" durch die äußere Schönfeld-Vorstadt zum „stern des bundes" und den „Kosmikern" führt dieser Stadtteilrundgang: Reiche „Edelbohemiens" in Designer-Suiten wie Walter Heymel und Rudolf Alexander Schröder und „arme Luder" wie Franziska von Reventlow, die ihren Lebensunterhalt durch Übersetzungs- und Liebesdienste bestritten, reiche und arme Emigranten, Protagonisten der modernen Malerei und Literatur, Geistesgrößen, harmlose und gefährliche Spinner und versoffene Genies – eine nicht unproblematische „Mischung" mit niedriger Entzündungstemperatur inmitten eines saturierten Bürgertums der Prinzregentenzeit! Das machte den „Zustand Schwabing" vor dem ersten Weltkrieg aus.

CM 103 E – Führung – Schwabing
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Unter dem Siegestor · sa 16.00 bis 18.00 Uhr · 9.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Die Münchner „Königsachse" als Zentrum
der nationalsozialistischen Herrschaft
München – die „Hauptstadt der Bewegung", war Hitlers Lieblingsstadt. Hier nahm die nationalsozialistische Bewegung ihren Anfang. Die Wittelsbacher „Königsachse" wurde in den 30er Jahren zum Verwaltungsviertel der Nationalsozialisten ausgebaut. In der Führung begeben wir uns auf die Suche nach sichtbaren und verborgenen Spuren der nationalsozialistischen Herrschaft in München zwischen Feldherrenhalle und Königsplatz. Thematisiert werden Täter und Opfer des Regimes sowie der Umgang Münchens mit seinem Erbe.

BM 345 E – Führung – Innenstadt
Dr. Eva Hoegner · Treffpunkt: Odeonsplatz, Feldherrnhalle · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 17.9.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Jüdisches Leben in München einst und jetzt
65 Jahre nach dem Ende des Völkermords an den Juden Europas pulsiert jüdisches Leben in München mit einer Kraft und in einer Vielfalt, wie noch vor wenigen Jahren kaum jemand zu hoffen gewagt hätte. Der Rundgang führt an ausgewählte Orte jüdischen Lebens, Schaffens, Glaubens und Leidens und versucht damit die immer wieder gefährdete Tradition jüdischer Existenz und Kultur in München seit dem Mittelalter anschaulich zu machen.

BM 349 E – Führung – Innenstadt
Gerd Modert · Treffpunkt: gegenüber Feinkost Dallmayr, Dienerstr. 14 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 11.9.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

München – Nord

NS-Spurensuche in Schwabing: Jüdisches Leben in den 30er Jahren
Überall in Schwabing lebten in den 1930er Jahren Bürger/innen, die aufgrund der Rassegesetze der Nazis verfolgt wurden. Bei der Führung werden Orte aufgesucht, an denen wichtige jüdische Einrichtungen ansässig waren.

CN 1007 – Führung – Schwabing
Janne Weinzierl · Treffpunkt: Antonienstr. 7 · mi 16.30 bis 18.00 Uhr · 13.7.2011 · € 4.– · 20 Plätze · ♿

Olympiastadion – Zeltdach-Tour bei Sonnenuntergang
Ein unvergessliches Erlebnis bietet diese Tour entlang dem Randseil des weltbekannten Olympiadaches: Besteigen eines Gipfels, herrliche Aussicht auf Münchens Stadtkulisse und die bayerischen Voralpen, Sonnenuntergang, Eintrag ins Gipfelbuch, Erläuterungen auf dem Dach.
Zu Beginn wird ein Film über die Dachkonstruktion gezeigt. Bitte auf richtiges Schuhwerk (Joggingschuhe, Schuhe mit Gummisohle) achten. Seile und Karabiner werden gestellt. Die Führung ist für Teilnehmer/innen ab 16 Jahren geeignet. Bei zweifelhaftem Wetter können Sie sich bis 16.00 Uhr unter Telefon (089) 30 67 24 14 erkundigen.
In Zusammenarbeit mit dem DGB-Bildungswerk.

CN 1017 – Führung – Olympiapark
N.N. · Treffpunkt: Olympiastadion, Stadionkasse Nord · do 19.00 bis 21.00 Uhr · 11.8.2011 · € 5.– · Eintrittsgelder € 35.10 (einschließlich Versicherung) · 10 Plätze · ♿

Als die „Fröhlichen Spiele" endeten – Ein Rundgang im Olympiapark zu den Tatorten von 1972
Während die Welt die neue deutsche Freundlichkeit bei der Olympiade 1972 bewunderte, sprangen am 5. September morgens acht Männer über den Zaun zum Olympischen Dorf und nahmen elf israelische Sportler als Geiseln. Die Bilder der maskierten Männer und der sich überschlagenden Ereignisse, die mit der gescheiterten Befreiungsaktion auf dem Flughafen Fürstenfeldbruck ihr tragisches Ende fanden, haben sich ins deutsche Bewusstsein gebrannt. Ein Rundgang auf dem Olympiagelände zur Erinnerung an das israelische Sportlerteam 1972. Zu dieser Thematik wird am 22. September, 19.00 bis 22.30 Uhr, im Vortragssaal der Bibliothek im Gasteig der Film „München – Ein Attentat und die Folgen" gezeigt.
In Kooperation mit dem DBG-Bildungswerk und dem Verein Gegen Vergessen – für Demokratie e. V., Regionalgruppe München

CN 1020 – Führung – Olympiapark
Helge Eickelmann · Treffpunkt: Olympiastadion, Stadionkasse Nord · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 25.9.2011 · € 5.– · 8 Plätze · ♿

Architektonische Highlights im Untergrund
Neue U-Bahnhöfe im Münchner Norden
Mit der Eröffnung der U3 nach Moosach Ende 2010 wurde das Münchner U-Bahn-Netz wieder um zwei Bahnhöfe erweitert. Gerade im Münchner Norden sind in den vergangenen Jahren architektonisch ungewöhnliche, individuell gestaltete Bahnhöfe entstanden, die nicht nur ihre Funktion erfüllen, sondern auch als Bauwerke sehenswert sind. Bei einer Rundfahrt per U-Bahn zu den Stationen Westfriedhof, Georg-Brauchle-Ring, Moosach, Moosacher St.-Martins-Platz, Oberwiesenfeld und Münchner Freiheit erläutern zwei Architekten der Stadt München Details zum jeweiligen gestalterischen Konzept und zu seiner Umsetzung.
MVV-Fahrkarte notwendig.

CN 1040 – Führung – Moosach
Manfred Rossiwal-Jespersen/Burkhard Schäffer, Baureferat · Treffpunkt: U-Bahnhof Westfriedhof, südliches Zwischengeschoss · do 16.00 bis 18.30 Uhr · 4.8.2011 · € 5.50 · 15 Plätze

Architektonisches Highlight im Münchner Norden: die BMW Welt
Die BMW Welt wurde 2007 fertiggestellt. Bis zu 250 Kunden können täglich ihr Fahrzeug direkt beim Hersteller abholen. Das vom Wiener Architektenbüro Coop Himmelb(l)au futuristisch geplante Gebäude ist architektonisch äußerst anspruchsvoll und ein weiteres stadtplanerisches Highlight der Landeshauptstadt München. Darüber hinaus ist die „BMW Welt" auch Veranstaltungsforum für Kunst, Wirtschaft, Kultur und Technik und eine Erlebniswelt für Kinder und Jugendliche. Es entstanden 200 neue Arbeitsplätze. Bei der Führung werden die Konzeption des neuen Hauses und die außergewöhnliche Architektur vorgestellt.

CN 1061 – Führung – Milbertshofen
Mitarbeiter/in der BMW Welt · Treffpunkt: BMW Welt Infocounter Süd (Ecke Georg-Brauchle-Ring/Lerchenauer Str.) · di 15.45 bis 17.20 Uhr · 12.7.2011 · € 4.– · Zuzüglich Eintritt € 9.– · 20 Plätze · ♿

Alte Flugzeuge neu restauriert
Die Werkstatt der Flugwerft Schleißheim
Eine Besonderheit der Flugwerft Schleißheim ist die „gläserne" Restaurierungs-Werkstatt. Unmittelbar hinter der nördlichen Stadtgrenze werden hier alle Objekte der Luft- und Raumfahrtsammlung des Deutschen Museums saniert und rekonstruiert: hölzerne Flugzeuge mit Stoffbespannung aus der Anfangszeit der Fliegerei ebenso wie moderne Kampfjets voller Elektronik. Sie können bei dieser Führung von einer Galerie aus die Arbeit in der Werkstatt mitverfolgen. Der Werkstattleiter erklärt großen und kleinen Flugzeug-Begeisterten verständlich, wie die einzelnen Objekte detailgenau und mit großer Fachkenntnis von den Mitarbeitern restauriert werden. Vor der Werkstattführung bietet sich für die ganze Familie ein Rundgang in der Ausstellungshalle des Museums an (geöffnet von 9 bis 17 Uhr).

CN 1087 – Familienexkursion – Oberschleißheim
Reinhard Mücke · Treffpunkt: Flugwerft Oberschleißheim, Effnerstr. 18 (S1 bis Bahnhof Oberschleißheim), ausgeschilderter Weg bis zum Museumseingang · sa 15.00 bis 17.00 Uhr · 30.7.2011 · € 5.– · Kinder ab 6 Jahren € 2.50 · Zuzüglich Museumseintritt: Erwachsene € 6.–/Rentner und Kinder 6 bis 15 Jahre € 3.– · 17 Plätze

Der Rangierbahnhof München Nord
High-Tech mit Biotop
120 Kilometer Gleise und über 350 Weichen wurden auf dem kilometerlangen Areal des Rangierbahnhofs München Nord verbaut. Mit seinem elektronischen Stellwerk, dem größten in Europa, und einem rechnergesteuerten Betriebsführungssystem ist der 1991 in Betrieb genommene Rangierbahnhof weltweit ohne Beispiel. Ein Fünftel der Baukosten wurde für Umweltschutz und Landschaftspflege ausgegeben, um einen Ausgleich für den gewaltigen städtebaulichen Einschnitt zu schaffen. Die Führung zeigt den Ablauf auf dem Gelände und gibt einen Einblick in die Betriebssteuerzentrale, in den Disponenten- und Fahrdienstleiterbereich.

CN 1090 – Führung – Moosach
Mitarbeiter/in der Deutschen Bahn AG · Treffpunkt: Deutsche Bahn AG, Gebäude EO, Ludwigsfelder Str. 95 · di 15.00 bis 17.30 Uhr · 2.8.2011 · € 5.50 · 20 Plätze

Der Blick hinter die Kulissen im Druckhaus der Mediengruppe Münchner Merkur/tz
Im Druckhaus an der Dessauerstraße erleben Sie den spannenden Weg durch das Druckzentrum, an dessen Ende der Münchner Merkur oder die tz druckfrisch zur Lieferung bereitliegen. Sie sind live dabei, wenn die Zeitung Gestalt annimmt. Aber auch andere Produkte – Zeitungen und Zeitschriften – werden mit der hochkomplexen, modernen Technik der leistungsstarken Rotationsdruckmaschinen erstellt und aus dem Münchner Norden an ihre Leser ausgeliefert. Am Ende der Führung steht Ihnen ein Moderator für Fragen zur Verfügung.

CN 1095 – Führung – Moosach
Moderator/in des Druckhauses · Treffpunkt: Haupteingang Druckhaus, Dessauerstr. 10 · mi 17.00 bis 19.00 Uhr · 21.9.2011 · € 5.– · 25 Plätze

Max-Planck-Institut für Plasmaphysik (IPP) in Garching
An der Endhaltestelle der U6 in Garching haben sich in den letzten Jahren verschiedene Münchner Forschungsinstitute angesiedelt. Am Max-Planck-Institut für Plasmaphysik (IPP) mit seinen rund 1100 Mitarbeitern werden die Grundlagen für ein Fusionskraftwerk erforscht. Ähnlich wie die Sonne soll es Energie aus der Verschmelzung von leichten Atomkernen gewinnen. Auch Anlagen zur Plasmaheizung werden von den Forschern entwickelt. Bei der Führung werden die Forschungsbereiche vorgestellt und erläutert, wie unsere Energieversorgung in der Zukunft aussehen könnte.

CN 1103 – Führung – Garching
Mitarbeiter/in des IPP · Treffpunkt: Pforte, Boltzmannstr. 2 (U6 Garching-Forschungszentrum) · mi 14.00 bis 15.30 Uhr · 13.7.2011 · € 5.– · 20 Plätze

Das Max-Planck-Institut für extraterrestrische Physik in Garching (MPE)
Die Forschung am MPE beschäftigt sich vorwiegend mit Themen der Astro- und Plasmaphysik und bringt Experimente sowie Instrumentenentwicklung mit Beobachtungen, Datenanalyse und theoretischen Arbeiten zusammen. Die wichtigsten Forschungsfelder der Astrophysik sind Geburt, Leben und Tod von Sternen, sind Galaxien und ihre Zentren, wo schwarze Löcher vermutet werden, und der gesamte Kosmos mit seiner Entwicklung.
Mit dem Besuch einer Arbeitsgruppe und eines Labors werden die Forschungs- und Arbeitsweisen von Astrophysikern sowie die Entwicklung und der Bau von astronomischen Instrumenten auch exemplarisch veranschaulicht.

CN 1107 – Führung – Garching
Mitarbeiter/in des MPE · Treffpunkt: MPE Garching, an der Pforte Giessenbachstr., U6 Garching-Forschungszentrum · mi 14.00 bis 16.00 Uhr · 14.9.2011 · € 5.– · 20 Plätze

Besuch Hausler-Hof Hallbergmoos
Nördlich von München befindet sich der Hof der Familie Hausler, ein viehloser Gemüsehof mit eigenem Badesee. Durch neue Produktideen und viele Veranstaltungen wie Hoffeste oder Weihnachtsmärkte wurde der Hof seit 1977 in der ganzen Region bekannt. Kartoffeln, Karotten, verschiedene Kohl- und Kürbisarten sowie Spargel werden direkt im Hofladen und auf Bauernmärkten verkauft. Die Führung zur Zeit der Kürbisernte zeigt die Arbeit eines modernen, intensiv bewirtschafteten Betriebs.

CN 1109 – Führung
Sebastian Hausler · Treffpunkt: Hausler-Hof, Garchinger Weg 72, 85399 Hallbergmoos-Süd · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 3.9.2011 · € 5.– · Kinder von 6 bis 12 Jahren € 2.50 · 20 Plätze

Jüdischer Friedhof an der Garchinger Straße
Der Friedhof an der Garchinger Straße ist nicht nur die Begräbnisstätte der Israelitischen Gemeinde, er gibt auch Zeugnis eines bedeutenden Teiles der Münchner Geschichte. Die Führung ermöglicht, sich jüdische Schicksale in München vor und nach dem Holocaust zu vergegenwärtigen. Für Männer und verheiratete Frauen ist eine Kopfbedeckung erforderlich.
Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich; nur Angemeldete werden zugelassen.

CN 1113 – Führung – Alte Heide
Chaim Frank · Treffpunkt: Jüdischer Friedhof, Haupteingang, Garchinger Str. 37 · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 17.7.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze · ♿

Freimann: Stadtviertel der Gegensätze zwischen Industrie und Idylle
Freimann, über 1000 Jahre alt, wurde im 20. Jahrhundert Industrievorort Münchens. Das ehemalige Werksgelände des Eisenbahn-Ausbesserungswerks ist heute eines der großen Entwicklungsgebiete: Zahlreiche Neubauten stehen neben alten denkmalgeschützten Industriehallen. Daneben gibt es pure Idylle in Freimann: gewachsene Wohnviertel und weitgehend unberührte Naturlandschaft.
Auf einem dreistündigen Spaziergang durch Alt-Freimann werden Geschichte und Atmosphäre dieses Stadtteils der Gegensätze lebendig.

CN 1178 – Führung – Freimann
Brigitte Fingerle-Trischler · Treffpunkt: Mohr-Villa, Situlistr. 75 · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 14.8.2011 · € 6.– · 20 Plätze · ♿

Die Heilig-Kreuz-Kirche im ehemaligen Dorf Fröttmaning
Diese Kirche, eine Insel der Geschichte, ist das älteste Gotteshaus im Münchner Stadtgebiet und die einzige romanische Kirche Deutschlands, in der Fresken direkt auf Ziegel gemalt sind. Geschichte und Kunstschätze, aber auch der Kampf um den Erhalt dieses Juwels, das mit der Auflösung des Ortes Fröttmaning und mit dem Bau der Autobahn ernsthaft bedroht war, werden bei dieser Führung authentisch, lebendig und anschaulich geschildert.

CN 1181 – Führung – Fröttmaning
Ludwig Maile · Treffpunkt: Parkplatz vor der Kirche, Lottlisa-Behling-Weg 7 · fr 10.00 bis 11.30 Uhr · 5.8.2011 · € 4.50 · 20 Plätze · ♿

Glockenklänge im Münchner Norden
Lernen Sie die Glocke als „verborgenes Musikinstrument" – ausgehend von ihrer Geschichte – kennen: ihre Ausdruckskraft sowohl als einzelner Klangkörper als auch im Ensemble. Die Klangbeispiele stammen meist aus den Kirchen im Münchner Norden. Hautnah erleben Sie die Glockenmusik bei der abschließenden Turmbegehung in der Freimanner Kirche St. Albert.

CN 1182 – Führung – Freimann
Gerald Fischer, Kirchenmusikdirektor · Treffpunkt: Dominikussaal der Pfarrei St. Albert, Situlistr. 83 · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 25.8.2011 · € 4.50 · 20 Plätze

Führung zur Windkraftanlage auf dem Fröttmaninger Müllberg
Nach einer Einführung in die Technik wird die Anlage vor Ort besichtigt.
Das Windrad auf dem 70 m hohen ehemaligen Müllberg in Fröttmaning gehört zu den Wahrzeichen des Münchner Nordens. Seit 1999 versorgt die Windkraftanlage jährlich etwa 1000 Münchner Haushalte mit ökologisch erzeugtem Strom. Sie ist ein Baustein im Energiekonzept der Stadt München, das auf den Ausbau erneuerbarer Energien setzt. Führung durch einen Mitarbeiter der Stadtwerke, Geschäftsbereich Strom- und Fernwärmeerzeugung.

CN 1185 – Führung – Fröttmaning
Vertreter/in der Stadtwerke · Treffpunkt: Parkplatz an der Schranke zur Heilig-Kreuz-Kirche, Lottlisa-Behling-Weg 7 · fr 14.00 bis 16.00 Uhr · 15.7.2011 · € 5.– · 20 Plätze

Das Münchner Mehrgenerationenhaus „Unter den Arkaden" im Harthof
Können Mehrgenerationenhäuser eine Antwort auf die demografische Entwicklung in Deutschland sein?
Eines wurde im Harthof von Bundesfamilienministerin Ursula von der Leyen eröffnet. Es bietet Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Senioren unterschiedlichster Herkunft Raum und Gestaltungsmöglichkeiten in ihrem Stadtteil. Verschiedenste Angebote wie z. B. sozialpädagogische Lernhilfen, generationenübergreifende Patenschaften, Mütterzentrum, Qualifizierungsprojekt für Migrant(inn)en, Kleidertauschbörsen, Internetcafé und vieles mehr sind hier zu finden. Mit den Fördermitteln der Stadt und des Bundes sind noch weitere generationenübergreifende Projekte geplant.

CN 1186 – Führung – Harthof
Uschi Weber · Treffpunkt: Mehrgenerationenhaus München, Dientzenhoferstr. 68 · do 16.00 bis 17.30 Uhr · 14.7.2011 · € 4.50 · 15 Plätze

Stadtteilspaziergang: Lerchenau-Eggarten
Die Kolonie Lerchenau ist seit dem Beginn des 20. Jahrhunderts entstanden. Wo einst Gärtnereien und dann Siedlungshäuschen waren, schossen im letzten Jahrzehnt immer mehr Wohnanlagen empor, die den Gartenstadtcharakter zu verändern drohen. Die von 1920 bis 1938 errichtete Genossenschaftssiedlung Eggarten schläft einen Dornröschenschlaf, ihr Ende ist eingeläutet. Bei einem Rundgang wird die Entwicklung dieses Gebietes mit seinen Schönheiten und architektonischen Besonderheiten, aber auch Problemen vor Augen geführt.

CN 1200 – Führung – Lerchenau
Dr. Reinhard Bauer · Treffpunkt: Bushaltestelle Schittgablerstr./Hainbuchenstr. · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 18.9.2011 · € 5.– · 19 Plätze

Gartenexkursion – Führung durch den Generationengarten und den Petuelpark
Der im Juni 2005 neu entstandene „Generationengarten" im Petuelpark im Münchner Norden gehört zum immer größer werdenden „Netzwerk Interkultureller Gärten". Initiator und Träger des Projekts ist der Verein Stadtteilarbeit Milbertshofen e. V. Auf 28 Parzellen pflanzen und ernten Menschen unterschiedlichster Herkunft und aller Altersgruppen gemeinsam Gemüse, Kräuter und Blumen. Der zum Garten gehörende Pavillon ist Treffpunkt für die Nachbarschaft und steht den Anwohnern auch für private Nutzungen und kulturelle Veranstaltungen zur Verfügung. Der Garten gehört zum „Kunstprojekt Petuelpark", den wir bei diesem Rundgang auch kurz kennenlernen werden.

CN 1214 – Führung – Milbertshofen
Elisabeth Schellnegger · Treffpunkt: Pavillon des Generationengartens im Petuelpark, Ricarda-Huch-Str. 4 · so 15.00 bis 16.30 Uhr · 7.8.2011 · € 4.50 · 19 Plätze · ♿

Der Alte St. Georgs-Altar von 1510
Das wertvollste Milbertshofener Kulturgut, der spätgotische Flügelaltar von 1510, steht nach einer Generalrestaurierung wieder an seinem angestammten historischen Ort in der Alten St. Georgskirche am Alten-St.-Georgs-Platz. Er wurde vom Kloster Schäftlarn gestiftet und zeigt im Schrein den Kampf mit dem Drachen. In der Bemalung der Flügel sind die Martyrien des Hl. Georg dargestellt. Der Hochaltar stammt aus der Münchner Schule zwischen Gabriel Mieskircher und dem berühmten Jan Pollack.

CN 1215 – Führung – Milbertshofen
Anton Peter · Treffpunkt: Alter St.-Georgs-Platz · mi 14.00 bis 15.30 Uhr · 31.8.2011 · € 4.50 · 12 Plätze · ♿

Der Westfriedhof
Der 1898 von Hans Grässel errichtete Westfriedhof ist mit seinen Bauten im florentinischen Stil und seiner Krypta eine bemerkenswerte Anlage. Bei einem Rundgang wird ein Einblick in die Zeitgeschichte geboten. Hier liegt neben dem Maler Franz von Lenbach, Dichtern wie Michl Ehbauer und Hugo Hartung oder Architekten wie Bernhard Borst und Leonhard Romeis auch der SA-Führer Ernst Röhm begraben. In den letzten Jahren haben Väterchen Timofei und Sportmoderator Eberhard Stanjek hier ihre letzte Ruhe gefunden.

CN 1222 – Führung – Moosach
Dr. Reinhard Bauer · Treffpunkt: Westfriedhof, vor der Aussegnungshalle, Baldurstr. 28 · fr 17.00 bis 19.00 Uhr · 5.8.2011 · € 4.50 · 19 Plätze · ♿

Leben in einem neuen Stadtviertel
Ein architektonischer Rundgang in der Nordhaide
Am nördlichen Stadtrand ist auf einem ehemaligen Truppenübungsplatz ein ganz neues Stadtviertel entstanden, das von herausragenden Einzelbauten wie Studentenwohnanlage und Grundschule geprägt ist. Mit dem 2008 eingeweihten Dominikuszentrum hat das neue Wohngebiet eine kulturelle und geistige Mitte erhalten. Der Ziegelbau steht am Südende der Diagonale, die das Stadtviertel erschließt. Er bildet ein Gegenüber zum Einkaufszentrum am Nordende. Um den großen Innenhof gruppieren sich Kindergarten, Caritas-Zentrum, Katholische Jugendstelle Nord und eine Kapelle. Sie lernen bei dieser Führung die architektonischen Besonderheiten der Siedlung an der Nordhaide kennen.

CN 1230 – Nordhaide
Michael Hardi, Referat für Stadtplanung und Bauordnung/ Prof. Andreas Meck, Architekt · Treffpunkt: U-Bahnhof Dülferstr. Ostseite · fr 16.00 bis 18.00 Uhr · 22.7.2011 · € 5.– · 15 Plätze · ♿

Münchner Plätze und Parks aus vier Epochen: Bayernplatz, Luitpoldpark, Olympiapark, Petuelpark
Die Anlage von Plätzen, Gärten und Parks war früher ein „Hoheitsakt". Erst mit einem kgl. bayerischen Regierungsdekret von 1899 wurde der Gartenbau zur „Pflichtaufgabe". Bei Neubauvierteln waren fünf Prozent der Grundfläche für Grünanlagen zu reservieren. Dies führte zunächst zu handtuchartigen Platzgestaltungen in neuen Wohngebieten. Selbst der „hochrangige" Luitpoldpark (1911) zu Ehren des Prinzregenten brachte keinen Durchbruch. Nach dem 2. Weltkrieg bekamen Grünanlagen durch Bauboom und Straßenverkehr allmählich Priorität in der Stadtplanung. Vielfältige kunstreiche Geländegestaltungen und Wasserführungen (Olympiapark u. a.) bis hin zum Skulpturen- und Spielpark (Petuelpark) lassen im modernen Gartenbau die neue Qualität erkennen.

CN 1323 – Führung – Schwabing Nord
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Karl-Theodor-Str./Ecke Borschtallee · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 10.7.2011 · € 5.– · 20 Plätze · ♿

Klinikum Schwabing: Augenklinik
Bei dieser Führung werden Sie über häufige, altersbezogene Krankheiten wie den Grauen und den Grünen Star informiert und lernen Behandlungsmöglichkeiten kennen. Die Auswirkungen auf das tägliche Leben oder auch auf die Fahreignung werden demonstriert. Im Rahmen der Führung sehen Sie einen kurzen Film und haben Gelegenheit, individuelle Fragen zu diskutieren, z. B. auch zur Anästhesie bei Augeneingriffen. Auch der OP-Bereich im Ambulanten OP-Zentrum kann besichtigt werden.

CN 1330 – Führung – Schwabing Nord
Mitarbeiter/in des Klinikums · Für Senior(inn)en · Eingangshalle, Kölner Platz 1 · mi 15.00 bis 16.30 Uhr · 20.7.2011 · € 4.50 · 17 Plätze · ♿

Klinikum Schwabing: Diabetes mellitus Früherkennung und moderne Therapie
Patienten und Interessierte können sich bei dieser Veranstaltung über das Thema Zuckerkrankheit informieren und an einer Diabetesfrüherkennung teilnehmen. Bereits in der Frühphase der Erkrankung treten Komplikationen wie Schlaganfälle und Herzinfarkte auf. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Diabetestherapie dann erfolgreich ist, wenn früh behandelt und die spezielle Situation jedes einzelnen Patienten berücksichtigt wird. Die Klinik für Endokrinologie und Diabetologie im Klinikum Schwabing hat bei der Behandlung von Personen mit Diabetes mellitus eine lange Tradition.

CN 1331 – Führung – Schwabing Nord
Mitarbeiter/in des Klinikums · Eingangshalle, Kölner Platz 1 · mi 15.00 bis 16.30 Uhr · 27.7.2011 · € 4.50 · 17 Plätze · ♿

Das Caritas-Zentrum München Nord
Das Leitbild „Nah. Am Nächsten" kennzeichnet die Arbeit der Caritas, die Menschen in allen Lebenslagen und persönlichen Notsituationen unterstützt, ganz gleich welcher Religionszugehörigkeit oder Herkunft. Das Caritas-Zentrum München Nord befindet sich im architektonisch interessanten Dominikuszentrum im neuen Stadtviertel Nordhaide, das zur Pfarrei St. Gertrud gehört. Sozialstation, Beratung, auch in der Muttersprache von Migrantinnen und Migranten, Kleiderkammer, Schuldnerberatung und die mobile Werkstatt sind Anlaufstationen für Bürgerinnen und Bürger mit ihren Problemen. Für ehrenamtliches Engagement ist das Freiwilligen-Zentrum München-Nord der Caritas der richtige Ansprechpartner.
In Kooperation mit dem Caritas-Zentrum München Nord.

CN 1235 – Führung – Nordhaide
Hubert Schmitt, Leiter des Caritas-Zentrums · Caritas-Zentrum München Nord · Hildegard-von-Bingen-Anger 1–3 · di 15.00 bis 16.30 Uhr · 12.7.2011 · Gebührenfrei · 15 Plätze · ♿

Kaffeerösterei H. Schneid oHG
Den Weg des Kaffees von der gepflückten Bohne bis zur Tasse Kaffee erleben Sie in der Kaffeerösterei H. Schneid oHG in Feldmoching. Die Langzeitröstung auf einem Trommelröster wird durch den Röstmeister Manfred Schneider vorgeführt und erläutert, außerdem erfahren Sie die Geschichte des Kaffees, seines Ursprungs und die Herkunftsländer des Rohkaffees.

CN 1099 – Führung – Feldmoching
Manfred Schneider, Geschäftsinhaber und Röstmeister · Treffpunkt: Kaffeerösterei H. Schneid, Feldmochinger Str. 378 · mi 16.30 bis 18.00 Uhr · 13.7.2011 · € 4.50 · 15 Plätze · ♿

„Künstlersonntag" in den DomagkAteliers
Auf dem Gelände der ehemaligen Funkkaserne an der Domagkstraße hat sich eine „Künstlerkolonie" gebildet, die europaweit einmalig ist. An diesem Sonntag öffnen Maler, Bildhauer, Fotografen, Performancekünstler und Musiker ihre Ateliers. Bei der Erkundungstour durch Münchens größte Produktionsstätte zeitgenössischer Kunst mit über 100 Ateliers steht ein/e Ansprechpartner/in für Fragen zur Verfügung.

CN 1116 – Führung – Alte Heide
Künstler/innen aus den DomagkAteliers · Treffpunkt: DomagkAteliers, Domagkstr. 33, Haupteingang, Halle 50 · so 15.00 bis 18.00 Uhr · 18.9.2011 · Gebührenfrei · 15 Plätze

Das neue Heidehaus in Fröttmaning
Das Heidehaus, eröffnet im Juli 2011, dient als zentrale Anlaufstelle für Naturliebhaber und Erholungssuchende in der Fröttmaninger Heide. Das Umweltbildungszentrum wurde vom Heideflächenverein mit Fördermitteln aus dem Konjunkturpaket II errichtet. Mit der Gestaltung eines attraktiven Außengeländes wurde der ehemalige Standortübungsplatz saniert und naturschutzfachlich deutlich aufgewertet. Bei einem Rundgang durch Gebäude und Freiflächen werden die Räumlichkeiten, das innovative Energiekonzept sowie die Naturerlebnismöglichkeiten im Außengelände erläutert.
In Kooperation mit dem Heideflächenverein Münchener Norden e. V.

CN 1183 – Führung – Fröttmaning
Christine Joas/Walter Hilger · Treffpunkt: Heidehaus, U-Bahnhof Fröttmaning, Ausgang West · mi 17.00 bis 18.30 Uhr · 3.8.2011 · € 4.50 · 20 Plätze

Stadtteilspaziergang: Die Borstei
Bei diesem Rundgang lernen Sie die Entstehungsgeschichte dieser autarken Wohnsiedlung kennen, ihre architektonischen Reize, städtebaulichen Besonderheiten und die kunstvoll angelegten Gärten. Dabei werden wir auch über die Idee des in München einmaligen Gemeinwesens und über die heutigen Mieterprobleme diskutieren.

CN 1226 – Führung – Borstei
Jutta Kafka · Treffpunkt: Dachauer Str. 140 d, Haupteingang · sa 14.00 bis 16.30 Uhr · 13.8.2011 · € 6.– · 15 Plätze

Stadtteilführungen international

Besuch der griechisch-orthodoxen Metropolie München, Allerheiligen-Kirche
Die griechisch-orthodoxe Metropolie Deutschland ist die griechisch-orthodoxe deutsche Diözese mit Bischofssitz in Bonn. Sie ist mit dem Ökumenischen Patriarchat in Konstantinopel (Istanbul) verbunden. Nach der Teilnahme am Gottesdienst in der Allerheiligen-Kirche im byzantinischen Ritus gibt es die Möglichkeit, von Hchw. Erzpriester Malamoussis Näheres zur Orthodoxie zu erfahren.

CN 1500 – Führung – Alte Heide
Jana Schäfer M.A./Hchw. Erzpriester Apostolos Malamoussis · Treffpunkt: vor der griechisch-orthodoxen Allerheiligen-Kirche, Ungererstr. 131 · so 9.30 bis 12.00 Uhr · 24.7.2011 · € 5.50 · 20 Plätze

Besuch der Türkisch-Islamischen Gemeinde e. V. in Milbertshofen
In der Moosacher Straße in Milbertshofen befindet sich das türkisch-islamische Kulturzentrum DITIB mit Veranstaltungsräumen, Konferenzsälen und einer Moschee. Die türkisch-islamische Gemeinde pflegt einen engen Kontakt zu den christlichen Kirchen St. Georg und Dankeskirche in Milbertshofen und ist mit vielen Aktivitäten im Bereich Sport und bei sozialen Projekten in den Schulen im Stadtteil engagiert und integriert. Bei dieser Führung wird das Wirken der ältesten türkisch-islamischen Gemeinde in Deutschland vorgestellt und die Moschee besichtigt.
Bitte beachten Sie, dass der Gebetsraum nicht mit Schuhen betreten werden darf.

CN 1503 – Führung – Milbertshofen
Ina Al Monneyer/Sezai Toka · Treffpunkt: Türkisch-Islamische Gemeinde e. V. · Moosacher Str. 22 · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 24.9.2011 · € 5.– · 15 Plätze

Besuch des tibetisch-buddhistischen Tempels der Kalmücken in Ludwigsfeld
Die Kalmücken sind ein Teil der Westmongolen, die der tibetischen Richtung des Buddhismus angehören. Im Zweiten Weltkrieg kämpften sie mit Nazideutschland gegen die Sowjetunion und traten mit den deutschen Truppen den Rückzug nach Deutschland an. So kam es zu dem kleinen Tempel in Ludwigsfeld, wo nach dem Krieg die ersten Sozialwohnungen entstanden. Die Atmosphäre ist geprägt von dem Besuch vieler tibetischer Lamas, und auch seine Heiligkeit, der Dalai Lama, war schon zweimal zu Besuch hier. Bitte beachten Sie, dass wir die Schuhe ausziehen müssen und möglicherweise nicht für alle genügend Stühle da sind.

CN 1505 – Führung – Ludwigsfeld
Jana Schäfer M.A./Dr. Jampa Panglung · Rubinstr. 14 (S1 Moosacher Bahnhof, dann weiter mit Bus 710 bis Kristallstr., dann rechts in die Rubinstr.) · fr 17.00 bis 19.00 Uhr · 23.9.2011 · € 5.– · 15 Plätze

Schlösser, Kunst und Künstler im alten Schwabing Führung in Deutsch und Englisch
In Schwabing, über Jahrhunderte ein kleines Fischer- und Bauerndorf, wurden in der Kurfürstenzeit mehrere Schlösser und Rittersitze errichtet. Wo waren sie? Wo und was sind sie heute? Vor 120 Jahren zog ein buntes Völkchen in das neue Stadtviertel Münchens: Künstler und Intellektuelle aller Art, darunter Heinrich und Thomas Mann, Olaf Gulbransson, Franziska zu Reventlov, Alfred Kubin, Artur Kutscher und Paul Klee. Sie stellten die berühmt-berüchtigte „Schwabinger Bohème" dar, von der viele Impulse für die moderne Kunst und Literatur ausgingen.

Old Schwabing's Castles, Arts and Artists
A Guided Tour in German and English
In Schwabing – for centuries a little fishing and farming village – several castles and manors were built in the times when Bavaria was ruled by the „Kurfürsten" (electors). Where were these castles to be found and what became of them? Around 1900 a creative and nonconformist bunch of people moved into the expanding urban quarter: artists and intellectuals of every description, among them Heinrich und Thomas Mann, Olaf Gulbransson, Franziska zu Reventlov, Alfred Kubin, Artur Kutscher, and Paul Klee. All of them were the notorious „Bohème of Schwabing" that had a great impact on modern art and literature.

CN 1513 – Schwabing Nord
Juliet Jones/Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Ungerer-/Ecke Dietlindenstr. · sa 15.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 5.– · 15 Plätze · ♿

München – Ost

Kunstforum Römerschanz
Das Kunstforum Römerschanz ist eine Initiative der Münchner Volkshochschule in Grünwald mit Förderung der Gemeinde Grünwald.
Bürgerhaus Römerschanz, Dr.-Max-Str. 1
Telefon: (089) 641 11 82
Öffnungszeiten der Ausstellungen
täglich 9.00 bis 21.00 Uhr
Nähere Angaben zu den Ausstellungen im Programm Grünwald, in der Tagespresse und unter www.mvhs.de/ost.

„Wir waren kreativ"
Werkschau MVHS-Kursteilnehmer(inne)n von Helena Dünker
Diese Ausstellung bietet Kursteilnehmern und Kursteilnehmerinnen mit längjähriger Kurserfahrung die Gelegenheit, ihre Arbeiten unterschiedlicher Couleurs der Öffentlichkeit zu präsentieren. Die in Grünwald stattfindenden Kurse unter Leitung der Künstlerin Helena Dünker im Bereich des Bildnerischen Gestaltens haben und hatten unterschiedliche Schwerpunkte. So stehen hinter den gezeigten Arbeiten beispielsweise die Entdeckung des eigenen Talents, Spaß an der eigenen Kreativität oder die Weiterentwicklung von künstlerischen Fertigkeiten.

CO 2047 G – Grünwald
Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
Ausstellungsdauer: 6. bis 27.7.2011
Ausstellungseröffnung: Mittwoch, 6.7.2011, 19.30 Uhr · Eintritt frei · 20 Plätze · ♿

Das alte Perlach zwischen Pfanzeltplatz und S-Bahn
Das ehemalige, einst eigenständige Bauerndorf Perlach ist heute ein belebter Stadtteil Münchens und älter als die Landeshauptstadt. An vielen Häusern und an teils versteckten Stellen kann man noch Daten und Hinweise auf das damalige Leben entdecken. Mit alten Fotos und Archivmaterial ergänzt, entsteht eine spannende Reise in die Vergangenheit. Es gibt auf dem Rundgang viel G'schichterl zu erzählen: vom Leben der Bauern, dem geheimnisvollen Hachinger Bach, von den Überrheinern, den Gärtnereien, der Limonadenfabrik, der Branntweinbrennerei oder der ältesten protestantischen Gemeinde im Münchner Osten. Wer in Perlach wohnt oder hier soeben zugezogen ist, wird künftig mit einem ganz anderen Blick auf seinen Stadtteil unterwegs sein.

CO 2217 E – Führung – Perlach
Cordula Steger · Treffpunkt: Dorfbrunnen am Pfanzeltplatz · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 31.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 14 Plätze

Tower-Architektur im Münchner Osten – ein Spaziergang von Steinhausen nach Berg am Laim
Startpunkt ist das SZ-Hochhaus in Steinhausen, seit 2008 der neue Sitz der Süddeutschen Verlags. Der knapp hundert Meter hohe Glasturm ist eine weithin sichtbare Landmarke, ein architektonisch und bautechnisch bemerkenswertes Gebäude; hier ist nur eine Außenbesichtigung möglich. Weiter führt unser Weg durch das alte und neue Berg am Laim, vorbei an der mittelalterlichen Dorfpfarrkirche und modernen Arbeitswelten zum Technischen Rathaus. Dessen runder Turm bietet auf seiner Aussichtsplattform einen weitem Blick über die Wohn- und Arbeitsviertel zwischen Ostbahnhof und Leuchtenbergring. Direkt gegenüber liegen die Telekom-Towers (fertiggestellt 2005), fünf Doppeltürme mit 15 Geschossen, die mit einem „Skywalk" in luftiger Höhe verbunden sind. Es besteht die Möglichkeit, diese außergewöhnliche Brückenkonstruktion mit der „SkyLounge" im Rahmen einer Afterwork-Party von innen zu besichtigen und hier einen Drink mit Blick über die Stadt zu nehmen, allerdings mit separaten Eintrittskosten.

CO 2235 E – Führung – Bogenhausen
Claudia Fuchs · Treffpunkt: vor dem SZ Hochhaus · Hultschinger Str. 8 (ca. 350 m zur S-Bahn-Station Berg am Laim, ca. 1 km zur U2- Haltestelle Josephsburgstr.) · mi 17.00 bis 19.00 Uhr · 27.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 12 Plätze

Zum „Tag des offenen Denkmals": Treffpunkte zwischen Romantik und Revolution
„Der Ort, wo dieses Gespräch stattfand heißt Bogenhausen oder Neuberghausen, oder Villa Hompesch, oder Montgelasgarten, oder das Schlössl, ja, man braucht ihn nicht einmal zu nennen, wenn man von München dort hinfahren will, der Kutscher versteht uns schon an einem gewissen durstigen Augenblinzeln, an einem gewissen vorseligen Kopfnicken" (Heinrich Heine, 1841). Rauschende Sommernachtsbälle, bunte Studenten- und Offiziersuniformen, „liebliche Mädchenwelt in luftigem Sommerputze" – hitzige politische Debatten „überhitzter" Parlamentarier und Intellektueller, Angst kirchlicher Obrigkeit vor eingeworfenen Fensterscheiben, aufsässige „Ehhalten". Begeben Sie sich mit uns auf Spurensuche in das biedermeierliche Bogenhausen zwischen Romantik und Revolution.
Im Rahmen des Tages des offenen Denkmals gebührenfrei.

CO 2310 – Führung – Bogenhausen
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Bogenhauser (Max-Josephs-) Brücke, Brückenmitte · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 11.9.2011 · Gebührenfrei · 20 Plätze

,

Durch den südlichen Herzogpark
Vom Diana-Brunnen bis zur „Thomas-Mann-Villa“
Der bekannte Jugendstilarchitekt Martin Dülfer reichte im Jahr 1902 Pläne für den südlichen Herzogpark ein. Bald darauf entstanden die ersten großbürgerlichen Mietshäuser und stattlichen Villen. Hier wohnte man herrschaftlich. Auf einem Rundgang durch den Herzogpark werden die namhaften Münchner Architekten der Bauten – Paul Böhmer, Carl Jäger, Eugen Drollinger, die Gebrüder Ludwig und Otto Riemerschmid, Karl Stöhr und Franz Zell – sowie bekannte Bewohner der Villenkolonie – Constanze Hallgarten, Walter von Heymel, Thomas Mann, Gustl Waldau, Bruno Walter und Ludwig von Zumbusch – vorgestellt.

CO 2322 E – Führung – Bogenhausen
Dr. Dorle Gribl · Treffpunkt: Kufsteiner Platz, am Diana-Brunnen · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 30.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 16 Plätze

Durch die Feldmüllersiedlung zum Nockherberg
Hinter der katholischen neugotischen Hallenkirche Heilig Kreuz in Giesing, der ältesten Pfarrkirche des Stadtviertels, erstreckt sich eine unter Denkmalschutz gestellte und zwischen 1840 und 1845 errichtete Kleinhaussiedlung, als Feldmüllersiedlung benannt nach Theres Feldmüller, einer frühen Grundstücksspekulantin. Die Ortschaft Giesing wurde bereits um 790 als „Kyesinga“ erwähnt und 1854 nach München eingemeindet. Auf dem Weg zum Nockherberg (mit Einkehr-Möglichkeit) passieren wir noch einige markante Plätze Giesings (die evangelische Luther-Kirche, das ehemalige Hertie-Gelände, Bergstr., Krone-Park, Bahnlinie …), einem sozial und kulturell vielfältigen Viertel im Umbruch.

CO 2413 E – Führung – Obergiesing
Ingrid Oxfort · Treffpunkt: vor der Telapost, Silberhornstr. (U2) · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 7.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 15 Plätze

„Es klappert die Mühle am rauschenden Bach …“ Der (Auer) Mühlbach vom Kolumbusplatz bis Siebenbrunn
Sie klappert nicht mehr, aber der Mühlbach ist lebendig wie früher: Wir begegnen alten Herbergshäusln in der Lohe, wo der Haustürschlüssel in der Dachrinne aufbewahrt werden konnte, Reste des Werkkanals der einst größten Lederfabrik Deutschlands, einem privaten Kraftwerk, einem Schloss, einem Kloster des (aufgelösten) Templer-Ritterordens und der ehemals größten Mühle in München. Oberhalb dieser münden mindestens sieben Hangquellen („Brunnen“) in den Mühlbach. Da sind wir – nach einem beschaulichen Weg durch eine gepflegte Heimgärtenlandschaft – schon in Siebenbrunn, wo im Biergarten eine zünftige Brotzeit auf uns wartet.

CO 2415 E – Führung – Untergiesing
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: vor dem Alten- und Service-Zentrum · Kolumbusstr. 33 · so 16.00 bis 18.00 Uhr · 10.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 15 Plätze

Foto: © Winfried Eckardt

Gartenstadt und Villenkolonie Harlaching
Der Spaziergang beginnt vor der Wallfahrts- und „Hochzeitskirche" St. Anna, einem Kleinod des bayerischen Rokoko und führt zunächst zum sogenannten „Lola-Montez-Häuschen" neben der Gaststätte Menterschwaige. Dies war einst ein skandalumwitterter Ort der Ära König Ludwigs I. Anhand von Bildmaterial und vor einigen Harlachinger Villen werden dann die Entwicklung der „Gartenstadt Harlaching" zu einer malerischen Villenkolonie erläutert und prominente Harlachinger in Erinnerung gebracht.

CO 2422 E – Führung – Harlaching
Dr. Dorle Gribl · Treffpunkt: St. Anna-Kirche · so 18.00 bis 20.00 Uhr · 14.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 15 Plätze

Foto: © Winfried Eckardt

Alter Dorfkern Riem
Auf Riemer Gebiet wurden viele archäologische Funde gemacht, die ältesten stammen aus der Zeit um 700 v. Chr. Die erste urkundliche Nennung von Riem wird auf 788 n. Chr. datiert (nach anderen Quellen auf 957/972), doch wurde Riem vermutlich von einem fränkischen Ritter um 700 gegründet, der sich dort mit seinen Leibeigenen niederließ. Riem war jahrhundertelang wichtige Poststation und Rastplatz für die Fuhrleute auf der Strecke München-Mühldorf. Der Rundgang führt vom Gut Riem weiter durch den alten Dorfkern mit seiner 1183 aus Stein erbauten St. Martins-Kirche und veranschaulicht die wechselhafte Geschichte Riems. Im Rahmen des Hoffestes Riem gebührenfrei.

CO 2517 – Führung – Riem
Renate Gassenmeier · Städtisches Hofgut Riem · Isarlandstr. 1 · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 18.9.2011 · Gebührenfrei · 20 Plätze

Biologischer Landbau und „glückliche Kühe"
Hofführung auf dem Stollhof
Es gibt sie wirklich, die „glücklichen Kühe", z. B. auf dem Stollhof in Deining. Im Rahmen der Hofführung kann man sehen, dass die Tiere nicht angekettet sind, sondern dass es im Kuhstall drei Zonen gibt: eine Ruhezone, einen Futterstall und einen Laufhof. Sie bekommen keine Mischfutter mit Komponenten aus der Dritten Welt, keine Fisch- oder Tiermehle. Und wenn eine Kuh krank ist, wird sie homöopathisch behandelt. Dies garantiert dem Verbraucher biologisch einwandfreie Produkte, denn seit 1976 betreibt der Stollhof organisch-biologischen Anbau und ist Mitglied im BIOLAND-Verband e. V. Im Hofladen vor Ort werden die auf dem Stollhof erzeugten Produkte direkt vermarktet.

CO 2704 G – Führung
Miriam Köglsperger/Thomas Köglsperger · Treffpunkt: Stollhof Deining · Klosterweg 1 · sa 10.30 bis 11.30 Uhr · 16.7.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Senioren Volkshochschule

Von Maria Ramersdorf zum Karl-Preis-Platz

In der Kirche Maria Ramersdorf ist bis heute die Wallfahrt lebendig geblieben. Der sogenannte „Frauendreißiger" (15. August bis 14. September) findet seit 1733 ohne Unterbrechung statt. Über Jahrzehnte wurde an der benachbarte Führichschule (erbaut 1915) eine gehaltvolle Schulchronik geführt. Abseits der lauten Rosenheimer Straße liegt die unter Ensembleschutz gestellte Weiskopfsiedlung, erbaut um die Jahrhundertwende. Neugestaltet wurde der Karl-Preis-Platz mit seinem Melusinenbrunnen und der Skulptur des Blockwalzers. Hier befindet sich auch der Stadtteilladen kpp4, der im Rahmen der Sozialen Stadt München eingereichtet wurde und an dem die Führung endet.

CO 2801 E – Führung – Ramersdorf
Renate Wirthmann · Für Senior(inn)en · Treffpunkt: Stadtteilladen kpp4 · Karl-Preis-Platz 4 · do 16.00 bis 17.30 Uhr · 11.8.2011 · € 4.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 12 Plätze

Kräuterbüschl und Blumen zum Frauendreißiger

Die Tradition des Bindens von Kräuterbüschln hängt eng mit dem Frauendreißiger zusammen. Denn in dieser Zeit, so heißt es, sollen die verschiedenen Kräuter eine besonders heilsame Wirkung haben. Zu Geschichten rund um diese lokale Tradition werden an diesem Abend von der Dozentin mitgebrachte Kräuter und Blumen zu einem Strauß gebunden. Auch die nachträgliche Weihe der Kräuter gehört heute noch zur Wallfahrt-Tradition.

CO 2802 – Ramersdorf
Renate Wirthmann · Für Senior(inn)en · Treffpunkt: Stadtteilladen kpp 4 · Karl-Preis-Platz 4 · do 18.00 bis 20.00 Uhr · 11.8.2011 · € 4.– · 8 Plätze

München – Süd

Die Thai-Salah im Westpark beim Khao-Pansa-Fest (Kerzenfest)

In Thailand sind Salahs überall zu finden. An der Straße oder am Wegesrand zum Schutz des Wanderers gegen die heiße Sonne oder gegen den Regen, als Treffpunkt im Dorf oder als Bestandteil eines Wats, dem thailändischen Kloster. Aber auch als prunkvolle „thailändische Pergola" in Gärten von Herrschaftshäusern sind sie zu finden. Die Salah im Westpark ist im aristokratischen, kunstvoll verschwenderischen Bangkok-Stil erbaut. Wie eng die Architektur mit der Philosophie des Buddhismus verbunden ist und wie das Königshaus auf die Kunst Einfluss nimmt, wird Ihnen anschaulich vermittelt. Sie werden die Thai-Salah im Westpark „thailändisch" kennenlernen: Die theoretischen Erläuterungen werden mit Tempeltänzen untermalt. Anschließend haben Sie Gelegenheit, an weiteren Festaktivitäten teilzunehmen.

CS 3253 E – Führung – Sendling-Westpark
Joachim Spirgatis/Dara Spirgatis · Treffpunkt: Westpark, vor der Thai-Salah · so 10.00 bis 11.30 Uhr · 10.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung · Restkarten € 6.– nur am Treffpunkt · 20 Plätze

Экскурсия на русском языке
Зендлинг – Район города старше самого города
Русскоязычные жители и гости города, а также те, кто изучает русский язык и имеет достаточную подготовку, приглашаются на экскурсию по Зендлингу. Вы познакомитесь не только с главными церковными строениями Зендлинга – старой и новой церковью Св. Маргариты, но также с интерсесными зданиями в стиле модерн (Югендстиль) и послевоенного периода. И, конечно, вы узнаете много интересного из истории этого района Мюнхена, который на несколько веков старше самого города.

Sendling – ein Stadtteil älter als die Stadt
Eine Führung in russischer Sprache
Neugierig? Den deutschen Text zur Führung finden Sie im Internet unter www.mvhs.de, Russischkurse im Gesamtprogramm.

CS 3005 – Экскурсия – Sendling-Westpark
Самуил Червинский · Место встречи: Культурный центр „GOROD" · Hansastr. 181 · суббота 10.00 bis 12.30 Uhr · 16.7.2011 · € 6.– · Необходима предварительная заявка · 20 мест

Idyllen der Großstadt
Kloster Warnberg und das alte Solln
Das stimmungsvolle Klösterchen Warnberg birgt feine Kunstwerke von Erasmus Grasser und Johann Baptist Straub; auf seinem Gelände besteigen wir den höchstgelegenen Punkt Münchens. Zuvor spazieren wir durch das Dorf Solln: Alt-Solln ist der größte und reizvollste Dorfkern im heutigen Münchner Stadtgebiet. Die im Kern mittelalterliche Kirche an der Herterichstraße, idyllische Plätze und Straßen sowie Bauernhöfe, Handwerkersitze, Landhäuser und Gasthöfe sind die vielfältigen Kostbarkeiten auf diesem Rundgang.

CS 3450 – Führung – Solln
Stefan Ellenrieder M.A. · Treffpunkt: Portal der Pfarrkirche St. Johann Baptist · Fellererplatz · mi 14.30 bis 17.00 Uhr · 20.7.2011 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Die Villenkolonie Prinz-Ludwigs-Höhe und ihre Persönlichkeiten
Im Jahr 1896 errichtete die Baufirma Heilmann & Littmann die ersten Häuser in der „Wald-Villen-Colonie" Prinz-Ludwigs-Höhe. Bei einem Spaziergang wird das Entstehen der Kolonie anhand von Bildbeispielen aus der Jahrhundertwende dargestellt. Der Rundgang wird die Entwicklung zu einem malerischen Gartenvorort sichtbar machen und bekannte Persönlichkeiten der Villenkolonie vorstellen.

CS 3451 E – Führung – Solln
Dr. Dorle Gribl · Treffpunkt: S-Bahnhof Solln, vor dem Restaurant „Zum Hirschen" · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 7.8.2011 · € 6.– bei Anmeldung · Restkarten € 7.– am Treffpunkt · 20 Plätze

Die Kirche St. Achaz – von den gotischen Wurzeln bis heute – eine kunsthistorische Führung
Die Kirche St. Achaz in Mittersendling ist schon der dritte Sakralbau an dieser Stelle, der dem hl. Achatius geweiht ist. Ein gotischer Vorgängerbau aus dem 14. Jahrhundert fiel dem barocken Neubau von Johann Georg Ettenhofer zum Opfer, dieser wurde durch einen weitgehenden Neubau von Richard Steidle aus den 1920er Jahren ersetzt, in den die barocke Ausstattung in Teilen übernommen wurde. Verloren gegangen sind die Cosmas Damian Asam zugeschriebenen Fresken, von denen sich Abbildungen erhalten haben.
Nach einer ausführlichen Besichtigung der Kirche werfen wir einen Blick auf die schönen Häuser der Umgebung mit vom Jugendstil beeinflussten Fassaden.

CS 3208 E – Führung – Sendling
Maria Jenkin-Jones M.A. · Treffpunkt: Kirche St. Achaz · Fallstr. 7 (unter der Orgelempore) · sa 16.00 bis 17.30 Uhr · 20.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung · Restkarten € 6.– nur am Treffpunkt · 20 Plätze

Zum Tag des offenen Denkmals:
Romantik, Realismus, Revolution – das 19. Jahrhundert
Spurensuche in Sendling
Auch in der Geschichte Sendlings finden sich Spuren der Romantik in den romantisierenden Bauten, die Ende des 19. Jahrhunderts errichtet wurden und am Sendlinger Friedhof, dessen Anlage 1872 die alten Kirchenfriedhöfe in St. Achaz und an der alten St.-Margaret-Kirche noch vor der Eingemeindung 1877 ablöste. Neben den heute denkmalgeschützten Gebäuden entwickelte sich gegen Ende des 19. Jahrhunderts eine Industriekultur mit Zweckbauten für die Produktion. Auseinandersetzungen zwischen der zum großen Teil aus Niederbayern zugewanderten Arbeiterschaft, den Fabrikherren und den sie politisch vertretenden Parteien blieben nicht aus und polarisierten auch noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts das Leben der Sendlinger.
In Kooperation mit dem Bezirksausschuss Sendling.

CS 3209 – Führung – Sendling
Klaus Huber, Historischer Arbeitskreis Sendling · Treffpunkt: vor der neuen St.-Margaret-Kirche · Margaretenplatz · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 11.9.2011 · Gebührenfrei zum „Tag des offenen Denkmals" · Anmeldung erwünscht · 30 Plätze

„Schlüssel sind die Spitzenreiter"
Hüter der verlorenen Schätze – das Fundbüro München
Schmuck, Fotoapparate, Schirme, Handys, aber auch Skier – große und kleine Schätze von Münchnerinnen und Münchnern landen jedes Jahr im Fundbüro in der Oetztaler Straße. Spitzenreiter im Fundsachen-Ranking sind jedoch die Schlüssel, die an einem dicht behängten Schlüsselbrett auf ihre Eigentümer warten. Jedes Jahr landen rund 50 000 Fundsachen und 70 000 Verlustanfragen im Münchner Fundbüro. Was nicht abgeholt wird, wird zwischen einem und sechs Monaten aufbewahrt und geht dann an den Finder oder wird öffentlich versteigert. Bei einem Besuch im Fundbüro der Stadt erfahren Sie, was alles an Arbeit nötig ist, um Fundstück und Eigentümer möglichst wieder zusammenzubringen.

CS 3254 – Führung – Sendling-Westpark
Sabine Eisenhauer, Leitung · Fundbüro der Landeshauptstadt München · Oetztaler Str. 19 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 9.8.2011 · € 3.– Bearbeitungsgebühr · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Bohrgeräte und Bagger am Luise-Kiesselbach-Platz
Tunnelbaumaßnahme Mittlerer Ring Südwest
Im August 2009 starteten die Rohbauarbeiten für die Tunnel in der Garmischer Straße, am Luise-Kiesselbach-Platz und in der Heckenstallerstraße. In den nächsten sechs Jahren werden hier über zwei Kilometer Tunnel entstehen. Bis Ende 2017 wird im Anschluss daran die Oberfläche neu gestaltet. In einem Vortrag erläutern wir Ihnen die Planung und die Bauweise der Tunnel. Die anschließende Führung gibt Ihnen einen Einblick in den derzeitigen Stand der Bauarbeiten.
Festes Schuhwerk ist erforderlich.
Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen.

CS 3158 Y – Vortrag und Führung – Sendling-Westpark
N.N., LHM Baureferat – Hauptabt. Ingenieurbau · Treffpunkt: Baustellen-Infocontainer am Luise-Kiesselbach-Platz · mi 18.00 bis 20.00 Uhr · 21.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 30 Plätze

Zum Tag des offenen Denkmals:
Schulalltag vor 100 Jahren – ein Blick hinter die Kulissen der Canisiusschule
Vor 100 Jahren öffnete die Canisiusschule auf dem ehemaligen Sendlinger Feld ihre Pforten. Das inzwischen denkmalgeschützte Schulhaus erfuhr im Laufe der Zeit mehrere Erweiterungen und soll jetzt von Grund auf saniert werden. Sie haben die Gelegenheit, das Gebäude noch vor Renovierungsbeginn in seiner ursprünglichen Form zu besichtigen. Alte Modelle veranschaulichen die damalige Lage des Schulgebäudes im früheren Hadern und eine Ausstellung gibt Einblick in die Schule vor 100 Jahren.
In Kooperation mit dem Geschichtsverein Hadern e. V.

CS 3507 – Ausstellung und Führungen – Hadern
Heike Kunz/Inge Wiederhut · Treffpunkt: Grundschule am Canisiusplatz 2 · so 10.00 bis 14.00 Uhr · 11.9.2011 · Führungen jeweils zur vollen Stunde sowie nach Bedarf · Gebührenfrei zum „Tag des offenen Denkmals" · Anmeldung erwünscht · 30 Plätze

Frischer Fisch!
Die Isartaler Forellenzucht Aumühle
Die Forellenzucht Aumühle liegt mitten im Naturschutzgebiet Isartal. Erbaut wurde der Fischzuchtbetrieb bereits im Jahre 1923. Die Naturteiche, in denen sich Forellen, Saiblinge und Lachsforellen tummeln, werden von zwei Quellbächen, die in der Pupplinger Au entspringen, gespeist. Über die Entwicklung des Betriebes, die Vermarktung, Zucht und Fütterung berichtet der Fischwirtschaftsmeister bei einer Führung durch die rund einen Hektar große Anlage. Im Anschluss besteht Einkaufsmöglichkeit im Hofladen.
Festes Schuhwerk ist erforderlich.

CS 3802 – Führung
N.N. · Isartaler Forellenzucht Aumühle · Aumühle 7 · sa 10.30 bis 12.00 Uhr · 23.7.2011 · € 5.– · Kinder bis 15 Jahre € 4.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

München – West

Russisch-orthodoxes Kloster des Heiligen Hiob
Mit dem Fall des Eisernen Vorhangs rückte auch die dritte der drei großen christlichen Konfessionen, die Orthodoxie, wieder vermehrt in unseren Blickwinkel. Das kleine Kloster zum Heiligen Hiob ist ein Ableger eines der vier größten russischen Klöster. Bereits nach der russischen Revolution waren Teile der dortigen Bruderschaft über die Schweiz nach München geflüchtet, wo sie 1945 das Kloster gründeten. Heute beherbergt es zehn Mönche, die vom Drucken der Heiligen Schrift und Herstellen der typischen Kerzen leben. Es gehört zur russisch-orthodoxen Diözese des Bischofs von Berlin und Deutschland.

CW – Führung – Obermenzing
N.N. · Treffpunkt: Hofbauernstr. 26, am Klostereingang · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 18.9.2011 · € 5.– · 18 Plätze

St. Quirin – Kirchen- und Turmführung
Nachdem die Kirche St. Quirin in München-Aubing 2009 komplett restauriert worden ist, kann wieder eine Kirchen- und Turmführung vorgenommen werden. Bei der Führung wird die Kirche, die 1422 völlig abbrannte, als eine der ältesten Kirchen Münchens erläutert. Wir besichtigen die 1489 eingeweihte, neue gotisch-barocke Kirche und begehen den über 700 Jahre alten Turm. Es wird das neue Geläute der fünf Glocken eingeschaltet und beim Rückgang der best erhaltene gotische Dachstuhl von Oberbayern gezeigt.
In Zusammenarbeit mit dem Pfarrarchiv St. Quirin, München-Aubing.

CW 4306 – Führung – Aubing
Rüdiger Zielinski · Treffpunkt: St. Quirin, Ubostr. 5 · so 16.00 bis 17.30 Uhr · 24.7.2011 · € 5.– · 15 Plätze

Der Hirschgarten und seine Geschichte
Vor mehr als 230 Jahren ließ Kurfürst Karl Theodor südlich von Schloss Nymphenburg einen „Thiergarten" anlegen, der, nachdem er für die Allgemeinheit geöffnet wurde, sich zu einem beliebten Ausflugsziel für die Münchner entwickelte. Entscheidend dazu beigetragen hat die Einrichtung einer Gaststätte im Jahr 1791. Das Gelände ist inzwischen der größte Biergarten der Welt. Die interessante, nicht immer nur heitere Geschichte dieses Geländes wird beim Vortrag beleuchtet. In Zusammenarbeit mit der Geschichtswerkstatt Neuhausen e. V.

CW 4500 E – Vortrag – Neuhausen
Franz Schröther · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mi 18.30 bis 20.00 Uhr · 20.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze · ♿

Neuhausen Ost – Kasernen, Kneipen und ein Kloster
Der Ostteil Neuhausens zwischen Landshuter Allee, Dom-Pedro-, Dachauer-, Lazarett- und Nymphenburger Straße war einst vom Militär geprägt. Die Entwicklung dieses Viertels vom Bauernland über den Bau und die Nutzung der Kasernen im 19. und 20. Jahrhundert bis zur Entstehung des heutigen Wohnviertels werden bei diesem Rundgang aufgezeigt. In Zusammenarbeit mit der Geschichtswerkstatt Neuhausen e. V.

CW 4510 E – Führung – Neuhausen
Franz Schröther · Treffpunkt: Kirche St. Theresia, Landshuter Allee/Dom-Pedro-Str. · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 14.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Jugendstil in Neuhausen
Wie in allen gutbürgerlichen Münchner Wohnvierteln sind auch in Neuhausen viele originelle Jugendstil-Mietshäuser und -Villen zu finden. Auf unserem Rundgang lernen wir Werke von Spitzenarchitekten wie Richard Berndl, Martin Dülfer, Karl Hocheder, Max Littmann oder Friedrich Thiersch kennen, die bisher viel zu wenig beachtet wurden. Auch die Stadtplanung Neuhausens war den besten Fachkräften anvertraut – die Vorteile von Theodor Fischers Planung mit ihrer aufgelockerten Bebauung wissen auch die heutigen Bewohner noch zu schätzen.

CW 4530 – Führung – Neuhausen
Dr. Dieter Klein · Treffpunkt: U-Bahnhaltestelle Rotkreuzplatz, Ausgang Volkartstr./Ost · fr 17.00 bis 19.00 Uhr · 9.9.2011 · € 5.– · 18 Plätze

Schloss Nymphenburg im Nationalsozialismus
Was war damals los im Schloss? Und was blieb noch übrig aus jener Zeit? Die Machtansprüche des NS-Regimes ließen Schloss Nymphenburg keineswegs in einen Dornröschenschlaf sinken: rege Bautätigkeit und rauschende Feste, aber auch Zwangsräumungen und Bombardierung sind Themen unseres Rundgangs.

CW 4620 – Führung – Nymphenburg
Albrecht Vorherr · Treffpunkt: Freitreppe vor dem Schloss · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 10.7.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 18 Plätze

Die Nymphenburger Straße – Münchner Geschichte(n) vom Stiglmaierplatz zum Grünwaldpark
Bei diesem historischen Spaziergang entlang dem einstigen „Fürstenweg" wird über die wechselhafte Geschichte dieser Prachtstraße, der Gebäude und ihrer Bewohner berichtet. Sowohl architektur-, sozial- als auch politikgeschichtliche Aspekte spielen dabei gleichermaßen eine wichtige Rolle. In Zusammenarbeit mit der Geschichtswerkstatt Neuhausen e. V.

CW 4660 E – Führung – Neuhausen
Franz Schröther · Treffpunkt: Stiglmaierplatz, Eingang zum Löwenbräukeller · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 16.7.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Stadtteilspaziergang: „Dorf Obermenzing"
Vor mehr als 70 Jahren verlor das ehemalige Bauerndorf Obermenzing seine kommunale Selbstständigkeit und wurde nach München eingemeindet. In einem einführenden Vortrag werden die geschichtlichen Hintergründe der Entwicklung Obermenzings von der Bajuwarensiedlung bis hin zur heutigen Gartenstadt dargestellt. Der anschließende Stadtteilspaziergang zeigt auf, wie sich das Dorf an der Würm bis in die heutige Zeit trotz Zugehörigkeit zur Millionenstadt München eine gewisse Eigenständigkeit und zum Teil eine dörfliche Idylle bewahrt hat.

CW 4700 – Führung – Obermenzing
Hans Menzinger/Adolf Thurner · Treffpunkt: Carlhäusl, An der Würm 1/Ecke Rathochstr. · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 9.7.2011 · € 5.– · 18 Plätze

Entlang der Würm zur Blutenburg
Spaziergang in türkischer Sprache
Wir beginnen mit einer Gesprächsrunde, in der wir Interessantes über Pasing erfahren, dann brechen wir auf zu einem gemütlichen Spaziergang an der schönen Würm entlang zur historischen Blutenburg.

Türkce konusanlar ile Würm Nehri kenarindan Blutenburg Satosu'na Yürüyüs
Yürüyüsümüze Pasing hakkinda ilginç bilgiler içeren küçük bir sohbetten ve tanismadan sonra baslayip, çok güzel kiyisi olan Würm nehri'ne gidecegiz.Her türlü yesilin hakim oldugu dogada Blutenburg Satosu'na kadar hos bir yürüyüs yaptiktan sonra satoyu gezecegiz.

CW 4022 – Pasing
Ayse Schneider/N.N. · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 ·
di 9.00 bis 12.00 Uhr · 19.7.2011 · € 5.– · 15 Plätze

Foto: © Barbara Müller

Pasing im Umbruch 2 – Informationsveranstaltung zu den städtebaulichen Veränderungen in Pasing
Pasing befindet sich bereits im Umbruch. Aktuell wird der Bau des Busbahnhofs und des Terminalgebäudes vorangetrieben. Am 15. März 2011 eröffneten die neuen Pasing-Arcaden ihren ersten Bauabschnitt. Es folgt die Verlegung der Trambahn zum Bahnhof und die Aufwertung des öffentlichen Raums in der Landsberger Straße, der Bäcker- und der Gleichmannstraße. Ende 2014 wird Pasing dann ein ganz neuer Stadtteil sein, der Handel, Gewerbe und Bewohnern eine nie dagewesene Urbanität und Aufenthaltsqualität bietet. Um die Bewohner und die Gewerbetreibenden Pasings bei diesen Veränderungen zu unterstützen, haben die Stadt München und die Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung für den Pasinger Kernbereich erstmals in München das neue Städtebauförderungsprogramm „Aktive Stadt- und Ortteilzentren" eingerichtet. Derartige Veränderungen sorgen für eine Menge Gesprächsstoff und werfen noch mehr Fragen auf. Über diese Umwälzungen im Stadtteil informiert Christian Bitter vom Stadtteilmanagement Pasing, dessen Vortrag mit Präsentation ggf. von einem Mitarbeiter der mit vorbereitenden Untersuchungen beauftragten Planungs- und Beratungsbüros ergänzt wird.
Im Anschluss Gespräch und Diskussion.

CW 4802 E – Vortrag und Gespräch – Pasing
Christian Bitter · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 ·
mi 19.00 bis 20.30 Uhr · 13.7.2011 · Gebührenfrei ·
20 Plätze · ♿

Pasinger Villenkolonien – Kolonie I
Die am Ende des 19. Jahrhunderts nördlich der Bahnlinie entstandene Kolonie I gilt als eines der schönsten Wohngebiete Münchens. Sie hat sich ihren charmanten, gartenstadtähnlichen Charakter bis heute bewahrt. Dieses Projekt des Architekten August Exter wurde zu einem Erfolgsmodell und zum Vorbild für weitere „Kolonien" in Pasing. Wir sehen alle markanten Bauten und Plätze zwischen Wensauer Platz und Nymphenburger Kanal. Dabei veranschaulicht historisches Material (u. a. Fotos, Baupläne) bei ausgewählten Häusern deren Veränderung. Auch die aktuellen städtebaulichen Auswirkungen auf das Viertel, wie z. B. die im Bau befindliche Nordumgehung und die Neubebauung des ehemaligen Weylgeländes werden angesprochen.

CW 4850 – Führung – Pasing
Bernd-Michael Schülke · Treffpunkt: S-Bahnhof Pasing, Ausgang Nord · sa 14.00 bis 17.00 Uhr · 23.7.2011 · € 6.– · 17 Plätze

Orte des Genusses in Pasing
Da Pasing im 19. Jahrhundert ein beliebter Ausflugsort gewesen ist, werden verschiedene historische Gasthäuser, Tafernwirtschaften und auch Cafés aufgesucht und Einblicke gewährt, die sonst nicht zu erhalten sind. Vom Bahnhof aus werden alte vergessene Wirtschaften, eine Milchbar und Melberei (alte Bezeichnung für Mehlhandlung) erkundet. Am Marienplatz erforschen wir die Kaffeehauskultur und erfahren im Schweizer Hof, was eine Schweizerei gewesen ist. Mit der „Goldenen Gans" erwartet uns ein Restaurant mit einer 200-jährigen Gastronomiegeschichte.

CW 4856 – Führung – Pasing
Constanze Lindner Haigis · S-Bahnhof Pasing, Haupteingang · so 10.30 bis 12.00 Uhr · 17.7.2011 · € 5.– · 18 Plätze

Segeln am Ammersee
Der „Bauernsee" ist ein geschichtsträchtiges und beliebtes Segel-Paradies. Sie erfahren Interessantes über die Entwicklung des Segelns am Ammersee und dessen Segelrevier mit seinen Merkmalen: Wetterverhältnisse, Navigation, Anlegestellen, Regeln und Vorschriften – und Wissenswertes über traditionelle Seemannschaft.
In Zusammenarbeit mit der Bayerischen Seglervereinigung Utting e. V.

CW 4970 – digitale Bildpräsentation – Pasing
Angela Scheibe-Jäger/Elisabeth von Buttlar · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 13.7.2011 · Gebührenfrei · 15 Plätze · ♿

Bildung für Menschen mit Behinderung

Busexkursion zum Chiemsee mit Schloss-Besichtigung Herrenchiemsee
Der Chiemsee, auch das „bayerische Meer" genannt, ist der größte See Bayerns und entstand am Ende der letzten Eiszeit vor ca. 10 000 Jahren. Bekannt ist der See vor allem durch die zwei größten Inseln: die Fraueninsel mit dem Kloster und die Herreninsel mit dem Neuen Schloss, erbaut vom Märchenkönig Ludwig II., das dem Schloss von Versailles nachempfunden ist.
Vom Hafen in Prien geht die Schifffahrt (ca. € 6.–) über die Herreninsel zur Fraueninsel. Hier ist das Mittagessen und ein Inselrundgang geplant. Am Nachmittag fahren wir mit dem Schiff weiter zur Herreninsel. Dort ist eine Schlossführung vorgesehen.

QN 120 – Busexkursion – Schwabing Nord
Rosemarie Raab-Becker · Treffpunkt: Stiftung Pfennigparade · Eingang Realschule · Barlachstr. 36 · do 8.30 bis 20.00 Uhr · 21.7.2011 · € 25.– · Fahrtkosten € 20.– · Keine Ermäßigung · 15 Plätze · ♿

Naturkunde für jung und alt – Sommerführung im Olympiapark und am Olympiasee für Menschen im Rollstuhl und Begleitpersonen
Mit allen Sinnen erfahren und erleben Sie die Natur. Hinsehen, anfassen, lauschen, spüren, wie sich der Sommer anfühlt. Sie betrachten das Wetter, die Tiere und die Pflanzen.

QN 169 – Exkursion – Schwabing Nord
Tobias Maier, Diplom-Biologe · Treffpunkt: Eingang zum Fernsehturm · di 16.00 bis 17.30 Uhr · 30.8.2011 · € 6.– · 8 Plätze · ♿

Schlosspark Nymphenburg – Führung
Die weitläufigsten Schlossanlagen Europas – damals noch ein großes Gelände vor den Toren der Stadt – waren ein Geschenk anlässlich der Geburt des ersehnten Thronfolgers 1662 von Ferdinand Maria an seine Gemahlin Henriette Adelaide. Die Wittelsbacher prägten 200 Jahre Schloss und Park. Ihren Spuren folgen wir auf unserem Streifzug.

QW 160 – Nymphenburg
Sabine Willner · Treffpunkt: vor dem Schloss · do 17.00 bis 19.00 Uhr · 15.9.2011 · € 9.– · 8 Plätze · ♿

Foto: © mocy

Fahrradausflüge und -exkursionen München und näheres Umland

München – Mitte

München von hinten
Auf unserer Fahrradtour wollen wir uns nicht auf die repräsentativen Postkartenansichten Münchner Gebäude konzentrieren, sondern ganz gezielt die Rückseiten und Hinterhöfe dieser Häuser betrachten. Dabei kann man häufig die Funktion der Bauten erkennen, die mit ihrer Schauseite oft nicht übereinstimmt. Wir werden dabei überraschende und spannende Entdeckungen machen.
Die Tour findet bei jedem Wetter statt. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Fahrrad mit.

CM 57 E – Radwanderung – Haidhausen
Rudolf Hartbrunner · Treffpunkt: Müller´sches Volksbad (Haupteingang) · Rosenheimer Str. 1 · so 14.30 bis 17.30 Uhr · 7.8.2011 · € 7.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Nachtlichter
Nachts zeigt sich die Stadt von einer ganz anderen Seite. Brunnen, Denkmäler und Bauwerke erstrahlen wunderbar im Licht von Scheinwerfern oder anderen bunten Lichtquellen. Die abendliche Fahrradrunde führt Sie von der illuminierten Bavaria zum technischen Innenleben des Friedensengels und zurück zum Marienplatz. An verschiedenen Haltepunkten werden die jeweilige Anstrahlung und deren Umsetzung erläutert.
In Kooperation mit dem Baureferat der Stadt München.
Für ein technisch einwandfreies Fahrrad für die nächtliche Fahrt tragen Sie Sorge (Beleuchtung).

CM 48 – Radexkursion – Ludwigsvorstadt
Richard Roth · Treffpunkt: Esperantoplatz/Ecke Matthias-Pschorr-Str. · mi 21.00 bis 24.00 Uhr · 17.8.2011 (Ersatztermin bei Regen 31.8.2011) · € 9.– · Anmeldung erforderlich · 14 Plätze

Die Münchner Stadtbachsysteme
Bis ins 20. Jahrhundert hinein waren die Isar und ihre als Stadtbäche nutzbaren Nebenarmsysteme Lebensadern des alten München. Die Lenkung der Nebenarme der Isar beeinflusste den städtebaulichen Grundentwurf Münchens im 12. Jahrhundert entscheidend. Wir folgen dem Verlauf des verrohrt erhaltenen westlichen Stadtgrabenbaches vom Hofgarten bis zum Sendlinger Tor, dem Glockenbach und dem Westermühlbach bis zur Marienklausenbrücke am Tierpark Hellabrunn mit dem Einlasswehr des Auer Mühlbachs (Rückkehr mit der U-Bahn möglich).
Die Tour findet bei jedem Wetter statt. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Fahrrad mit.

CM 49 E – Radexkursion – Lehel
Dr. Gerhard Ongyerth · Treffpunkt: Prinz-Carl-Palais (am Teich) · Königinstr. 1 · so 11.00 bis 14.00 Uhr · 11.9.2011 · € 7.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort

Radtour zu den Denkmälern berühmter Wissenschaftler in München
München beherbergt als alte Wissenschaftsstadt eine Vielzahl von Denkmälern, Gedenktafeln und anderen Kunstwerken, die als Erinnerungsstücke von der wissenschaftlichen Tradition Münchens künden. Bei einer Fahrradtour durch den innerstädtischen Bereich erkunden wir die Denkmäler von Ohm, Goethe, Liebig, Fraunhofer und vieler anderer (Strecke ca. 10 km, Dauer ca. 3 Std.).
Bitte achten Sie auf Verkehrssicherheit Ihres Rades und angemessene Kleidung.

DM 1399 E – Radwanderung – Innenstadt
Dr. Hermann Schlüter/Dr. Eberhard Schulz-Lüpertz · Treffpunkt: vor der Bayerischen Staatsbibliothek, Ludwigstr.16 · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 11.9.2011 · € 9.– · Restkarten € 10.– nur am Treffpunkt · 20 Plätze

München – Nord

NS-Spurensuche im Münchner Norden 2
„Nationalsozialismus in München" lässt zuerst an repräsentative Bauten wie das Haus der Kunst und den Führerbau denken. Dabei wird der Münchner Norden mit seinen ehemaligen SS-Kasernen und Gefangenenlagern, Rüstungsfabriken und Reichskleinsiedlungen leicht übersehen. Fast alle diese Bauten überlebten das Dritte Reich. Diese Radtour vermittelt anschaulich die Bedeutung des Münchner Nordens für das Funktionieren des NS-Systems. Für den Besuch des Jüdischen Friedhofs an der Garchinger Straße ist für Männer und verheiratete Frauen eine Kopfbedeckung erforderlich. Streckenlänge ca. 15 Kilometer.
Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt.
Bitte wetterfeste Kleidung mitnehmen.

CN 1005 – Radtour – Schwabing Nord
Albert Knoll · Treffpunkt: am Café „Münchner Freiheit" (U3/U6 Münchner Freiheit) · so 13.00 bis 18.00 Uhr · 4.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Die historischen Kanäle im Münchner Norden
Das oberirdische Kanalsystem im Münchner Norden wurde von Kurfürst Max-Emanuel um 1700 angelegt. Bei einer ausgedehnten Rundfahrt entlang den Kanälen und der sie speisenden Würm (Schwabing, Olympiapark, Nymphenburg, Pasing, Menzing, Karlsfeld, Oberschleißheim und Feldmoching) wird die Bedeutung dieser Wasserstraßen in Geschichte und Gegenwart gezeigt.

CN 1014 – Radtour – Schwabing Nord
Richard Roth · Treffpunkt: Bad Georgenschwaige · Belgradstr. 195 · so 11.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 31.7.2011 · € 9.– · 19 Plätze

Auf grünen Pfaden zu gewagter Architektur: vom Olympiastadion und der BMW Welt zur Allianz-Arena
Der Münchner Norden hat durch neue Parks und Erholungsflächen und durch aufsehenerregende Architektur wie die Allianz-Arena und jetzt die BMW Welt enorm an Attraktivität gewonnen. Auf der Radtour vom Olympiastadion zur Allianz-Arena fahren wir durch den künstlerisch gestalteten Petuelpark, durch die Parkstadt Schwabing, durch die Isarauen und zur Erholungslandschaft am Fröttmaninger Berg. Zu Beginn der Radtour werfen wir einen Blick in die BMW Welt und auf Wunsch wird am Ende eine Führung durch die Allianz-Arena durchgeführt. Ein Biergartenstopp beim Aumeister ist auch eingeplant.
In Zusammenarbeit mit dem DGB-Bildungswerk.

CN 1016 – Radtour – Olympiapark
Gertraud Zettler · Treffpunkt: U3 Olympiazentrum, Ausgang Olympiaturm · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 24.7.2011 · € 10.– · 12 Plätze

Soziales Engagement im Münchner Norden
Radtour auf dem „Weg der Hoffnung"
Im Münchner Norden gibt es vielfältige Formen des Engagements für unterschiedlichste soziale Problemlagen von Menschen, die hier wohnen. Seit dem Ökumenischen Kirchentag 2010 verbindet ein sogenannter Weg der Hoffnung mit sieben Kunstwerken sieben soziale Einrichtungen und Kirchen im Hasenbergl, am Harthof und in Freimann. An den Stationen werden Projekte vorgestellt, in der sich Menschen um andere kümmern: etwa in der Schuldnerberatung, Altenpflege oder bei der Essensausgabe. Bei dieser Radtour „erfahren" wir das soziale Netzwerk, das den lebens- und liebenswerten Münchner Norden mit ausmacht.
In Kooperation mit der evangelischen Kirche Freimann.

CN 1194 – Radtour – Hasenbergl
Richard Roth · Treffpunkt: U-Bahnhof Dülferstr., Westseite · fr 16.00 bis 19.00 Uhr · 15.7.2011 · € 6.– · 15 Plätze

Der Münchner Norden hat etwas zu bieten!
Natur und Kultur – eine Radtour zum Kennenlernen!
Der Münchner Norden zeigt auf dieser Radtour seine beste Seite: Natur im nördlichen Englischen Garten, in den Isarauen, Wälder, alte Wasserläufe und Kanäle, vorbei an Schloss Schleißheim und Lustheim, über den Klausenweg und viele weitere kulturelle Kleinode auf der Strecke von der Münchner Freiheit zur Endstation am Feldmochinger Bahnhof. Streckenlänge ca. 40 km.

CN 1400 – Radtour – Schwabing Nord
Richard Roth · Treffpunkt: Münchner Freiheit, Ecke Haimhauserstr. · so 11.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 21.8.2011 · € 9.– · 20 Plätze

München – Ost

Radltour:
Vom Bahnhof Trudering zum Gut Riem mit Hoffest
Vom Bahnhof Trudering führt die Tour über das Ortszentrum Trudering und die Lehrer-Götz-Unterführung nach Kirchtrudering, das einst mit Straßtrudering das Doppeldorf und Bauerndorf Trudering bildete. Zu Kirche, Hüllgraben, Bunker und Gasthof Göttler gibt es allerlei Geschichten zu erzählen. Hier wirken noch bäuerlich-dörfliche Gegebenheiten fort, aber auch die Dynamik der städtebaulichen Entwicklung ist beeindruckend. Der Doppelfriedhof Riem mit seiner einzigartigen Grabarchitektur und der Dorfkern Riem sind weitere Stationen bis über den Bahnhof und der Dorfkernerweiterung das Gut Riem erreicht wird. Dort findet an diesem Tag das alljährliche Hoffest mit unterhaltsamen Programm statt Im Rahmen des Hoffestes Riem gebührenfrei.

CO 2531 E – Führung – Trudering
Dr. Georg Kronawitter · Treffpunkt: S-Bahnhof Trudering, an der Busplattform · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 18.9.2011 · Gebührenfrei · 15 Plätze

Foto: © Winfried Eckardt

Alte Siedlungen, Kirchen und Pfarrdörfer
Mit dem Radl entlang des östlichen Stadtrands von München

Zwischen der Lehmzunge auf dem östlichen Isarhochufer, dem Ebersberger Forst und dem Semptgrund dehnt sich ein Altsiedelland aus, das von einer ost-westlichen Altstraßentrasse durchzogen ist. Neben weit zurück reichenden Spuren, deren Aufspürung die Luftbildarchäologie begünstigt hat, sind vor allem frühmittelalterliche Siedlungskerne mit vorchristlichen Reihengräbern und alten adeligen Eigenkirchen aus der Karolingerzeit von besonderer Bedeutung. Im Hochmittelalter bildeten sich daraus Dörfer mit Pfarr- oder Filialkirchen, die manche Kostbarkeit bergen. Die Radlroute führt von Daglfing über Riem-Dornach, Aschheim, Kirchheim, Grub, Parsdorf, Weißenfeld, Ottendichl, Salmdorf und Gronsdorf nach (Kirch)Trudering.

CO 2718 E – Radwanderung
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: S-Bahnhof Englschalking · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 24.7.2011 · € 12.– · 15 Plätze

München – Süd

Tritt für Tritt entlang der alten Römerstraße
Eine Radwanderung im Münchner Süden

Seit fast 2000 Jahren dient sie nun schon als Verkehrsverbindung; römische Kohorten zogen hier bereits von Salzburg nach Augsburg: Eine der am besten erhaltenen Römerstraßen Deutschlands führt uns zu den frühesten Stätten der bayerischen Geschichte, u. a. zur Keltenschanze bei Buchendorf, nach Gauting, der ehemaligen Römergarnison Bratananium, und zum Karlsberg bei Leutstetten, dem sagenhaften Geburtsort von Karl dem Großen. Dabei werden wir auch Gelegenheit haben, bauliche Schmuckstücke wie die spätgotische Kirche St.-Michael in Buchendorf zu besichtigen. Streckenlänge ca. 26 km. Mittags Einkehr. Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt; bitte ggf. wetterfeste Kleidung mitnehmen.

CS 3801 – Radexkursion
Peter Müller · Treffpunkt: S-Bahnhaltestelle Höllriegelskreuth (S7) · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 17.7.2011 · € 11.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

München – West

Neue Nachbarn im Münchner Westen
Eine Radtour entlang der Bahnstrecke
Pasing – Laim – Hauptbahnhof
„Kompakt, urban & grün" – nach diesem Motto entstehen entlang der Bahnstrecke Pasing – Hauptbahnhof auf ca. 160 Hektar, die die Deutsche Bahn nicht mehr benötigt, neue Wohnviertel, Gewerbegebiete und Grünflächen. Mittlerweile sind in den Teilgebieten „Nymphenburg/Süd-Laim", „Am Hirschgarten" und „Arnulfpark" die Bauarbeiten bereits weit fortgeschritten und im Zentrum von Pasing war Baubeginn Anfang 2008. Der aktuelle Planungsstand wird bei der Radtour verdeutlicht. Dabei sollen auch kontrovers diskutierte Planungsaspekte wie die Nordumgehung Pasing und der Paul-Gerhardt-Tunnel thematisiert werden.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Bitte wetterfeste Kleidung mitnehmen.

CW 4110 – Fahrradtour – Pasing
Peter Müller · Treffpunkt: S-Bahnhof Pasing, Ausgang August-Exter-Str. · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · 16.7.2011 · € 6.– · 15 Plätze

Fahrradtour vom Wasserschloss zum Baggersee
Von der Blutenburg führt die Tour entlang der Würm: vorbei an mittelalterlichen Dorfkirchen und prächtigen alten Wirtshäusern bis nach Allach. Dann geht es vorbei am alten Autobahndamm und der neuen Autobahntrasse, an Gräben und Bächen entlang nach Westen und durch alte Heiden, vorbei an einer ehemaligen Lehmgrube, durch Moore zum Böhmerweiher bis zum Erholungsgebiet der „Langwieder Seenplatte". Anschließend führt die Tour zur sagenumwobenen Aubinger Lohe mit ihren vorchristlichen Kultstätten. Die Radtour findet bei jedem Wetter statt. Bitte wettergerechte Kleidung und einen kleinen Imbiss mitbringen.
Radstrecke ca. 30 km.

CW 4900 – Fahrradtour
Bernd-Michael Schülke · Treffpunkt: Eingang zur Blutenburg · sa 10.00 bis 14.00 Uhr · 3.9.2011 · € 6.– · 15 Plätze

Foto: © mocy

Natur erleben
Wanderungen und Exkursionen

Pilzkundliche Wanderungen

Pilze der Bergmischwälder bei Klais (Mittenwald)
Wir suchen, sammeln und bestimmen die in den artenreichen Bergwäldern südlich von Klais wachsenden Pilzarten. Nützliche Praxistipps zur Bestimmung und weiteren Verwendung von Waldpilzen werden anschaulich vermittelt. Wenn vorhanden, bitte Pilzmesser, Körbchen, Literatur und Handlupe mitbringen.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Pilzkunde München e. V.

DS 1051 – Wanderung
Peter Karasch, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie · Treffpunkt: Bahnhof Haltestelle Klais (Strecke Garmisch-Mittenwald) · so 10.45 bis 16.45 Uhr · 21.8.2011 · € 18.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Pilze erkennen und bestimmen
Das Bestimmen wichtiger Speise- und Giftpilze wird vor Ort geübt. Zusätzlich erhalten Sie allgemein interessante Informationen zu den Pilzen und zum Wald. Wenn vorhanden, bitte Pilzmesser, Körbchen, Literatur und Handlupe mitbringen.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk.

DO 1071 G – Wanderung bei Grünwald – Grünwald
Edmund Garnweidner · Treffpunkt: Endhaltestelle Grünwald (Derbolfinger Platz), Tram 25 · so 9.00 bis 13.00 Uhr · 28.8.2011 · € 15.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

DW 1073 – Wanderung bei Grafrath
Edmund Garnweidner · Treffpunkt: Bahnhof Grafrath (S 4) · sa 9.00 bis 13.00 Uhr · 3.9.2011 · € 15.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Pilzflora der Waldschmidtschlucht
Die in den abwechslungsreichen Buchenmischwäldern der Waldschmidtschlucht bei Tutzing angetroffenen Pilzarten werden ausführlich besprochen: Sie erhalten Hinweise zur Bestimmung, zur Pilzökologie und viele Sammlertipps. Wenn vorhanden, bitte Pilzmesser, Körbchen, Literatur und Handlupe mitbringen. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Pilzkunde München e. V.

DW 1081 – Wanderung
Peter Karasch, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie · Treffpunkt: Bahnhof Tutzing (S6) · sa 9.00 bis 13.00 Uhr · 10.9.2011 · € 15.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Essbare Wildpflanzen und Heilkräuter

Kräuterwanderung auf den Hügeln unter dem Wendelstein
Lernen Sie die Heilkräuter unserer bayerischen Bergwelt kennen: Sie erhalten Sammeltipps und erfahren einiges über die Verwendung der Pflanzen. Außerdem gibt es Rezepte sowie Anregungen für Literatur. Bitte Stofftasche, Schere, Faden und Papiertüten mitbringen.
Die Bergtour findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DO 1137 – Wanderung
Eva März · Treffpunkt: 9.20 Uhr Bahnhof Geitau (für Bahnfahrer: 7.50 Uhr München Hbf BOB Schalter bei Gleis 34, zum Kauf von Gruppentickets) · so 9.20 bis 17.30 Uhr · 10.7.2011 · € 29.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Duftende Sommer-Wildkräuter in Benediktbeuern
Entdecken Sie mit einer erfahrenen Kräuterpädagogin die Wildbiotope rund um das Kloster Benedkitbeuern: Wildpflanzen sind unübertroffen in ihrem Nährstoffgehalt und wachsen noch dazu direkt vor unserer Haustür. Erfahren Sie Geschichtliches und Wissenswertes über die Verwendung unserer Wildkräuter in Küche, Garten und Volksheilkunde. Genießen Sie im Anschluss bei einer Wildkräuterbrotzeit die Geschmacksvielfalt unserer heimischen Natur (vor Ort sind zusätzlich € 5.– Verkostungsgebühr an die Dozentin zu zahlen). Bitte Brotzeitbrett, Messer und eine Vorratsdose mitbringen.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk.

DS 1139 – Exkursion mit Verkostung
Andrea Winkler · Treffpunkt: Bahnhof Benediktbeuern · sa 9.30 bis 13.00 Uhr · 23.7.2011 · € 13.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Wurzeln, Beeren, Rinden – Heilpflanzen im Leitzachtal
Rund um Fischbachau lernen wir die Heilpflanzen des Spätsommers kennen und erfahren das Wichtigste über ihre Anwendung. Dazu werden wir Wurzeln ausgraben, Beeren und Rinden sammeln und deren Verwendung für die Hausapotheke kennenlernen. Außerdem gibt es Rezepte und Tipps, und eine Tinktur wird angesetzt.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DS 1157 – Wanderung
Eva März · Treffpunkt: 10.20 Uhr Bahnhof Fischbachau (für Bahnfahrer: 8.50 Uhr München Hbf BOB Schalter bei Gleis 34, zum Kauf von Gruppentickets) · so 10.20 bis 16.30 Uhr · 18.9.2011 · € 20.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Allgemeine botanische Exkursionen

Eine Schlucht, ein See und ein großartiges Alpenpanorama!
In der schattigen Waldschmidtschlucht säumen Bergahorn und Eschen den Weg. Über die Seitenmoräne des früheren Würmseegletschers steigen wir hoch bis zum Deixlfurter See mit seinen schilfbewachsenen Ufern, wo größere Bestände der Seekanne blühen. Durch den feuchten Wald erreichen wir die Ilkahöhe mit ihrer prächtigen Fernsicht.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DS 1227 – Wanderung
Elisabeth Tratter · Treffpunkt: S6-Bahnhof Tutzing · sa 9.00 bis 14.00 Uhr · 9.7.2011 · € 17.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Sommerliche Blütenvielfalt
Bestimmungskurs im Westpark
Wollten Sie sich schon immer mal besser in der heimischen Flora auskennen? Typische Merkmale der verschiedenen Pflanzenfamilien und der Umgang mit Bestimmungsbüchern werden anhand der Pflanzen im Westpark erläutert. Gerade im Hochsommer ist die Vielfalt der blühenden Pflanzen gewaltig, doch mit Hilfe der erlernten Techniken bringen Sie schnell Ordnung in das scheinbare Blütenchaos. Wenn vorhanden, bitte Bestimmungsliteratur und eine Lupe mitbringen. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DS 1231 – Seminar mit Exkursion – Sendling-Westpark
Tobias Maier, Diplom-Biologe/Reinhard Muhr M.A. · Treffpunkt: VHS-Garten im Westpark, Eingang Nestroy-/Zillertalstr. · fr 17.30 bis 20.30 Uhr · 15.7.2011 · € 12.– · Anmeldung erforderlich · 16 Plätze

Flughafen – Bundesgartenschau 2005 – und heute?
Der Riemer Park
Wo bis 1992 große Vögel landeten und einen Höllenlärm verursachten, ist heute ein lebenswerter Stadtteil mit Messe, Wohnen und Park entstanden. Die Messestadt Riem wurde mit der BUGA 2005 „eingeweiht". Spielplätze, Staudenbeete, die Senkgärten, zwei Rodelhügel und der Badesee bereichern seitdem den Standort. Fünf Jahre später begeben wir uns auf Spurensuche: Was ist aus dem weitläufigen Gelände geworden und wie wird der weitläufige Park heute von der Bevölkerung angenommen?
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DO 1233 – Spaziergang – Messestadt Riem
Jakob Kachelmann · Messestadt West am Willy-Brandt-Platz · sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 16.7.2011 · € 11.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Stadtbäume im Stress:
Buchensterben im englischen Garten!
Die für den Englischen Garten zuständigen Gartenbauingenieure zeigen die typischen Schwierigkeiten dieser innerstädtischen Grünanlage auf: Wie ist der Spagat zwischen Ökologie, Freizeitwert und Denkmalpflege zu meistern? Auch der Baumbestand leidet unter dem trockenen Stadtklima und der zunehmenden Freizeitnutzung. Doch für die z. B. an Buchen vermehrt auftretenden Schäden scheint v. a. ein Pilz verantwortlich zu sein: Erkennen Sie die typischen Schadensbilder und erfahren Sie, mit welchen Maßnahmen die Baumgesundheit der Parkbäume gefördert wird.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DM 1239 – Spaziergang – Schwabing
N.N., Fachpersonal der Gärtenabteilung und Verwaltung Englischer Garten · Treffpunkt: Englischer Garten, am Fuß des Chinesischen Turms (Treppenaufgang) · mi 18.00 bis 20.00 Uhr · 20.7.2011 · € 5.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Natternkopf und Taubenkropf
Botanischer Abendspaziergang
Einer bunten Vielfalt von Blütenpflanzen begegnen wir nicht nur in Naturschutzgebieten, sondern auch am Wegesrand: Am Bahndamm zwischen Stockdorf und Gauting lässt sich so manche botanische Entdeckung machen. Der Abendspaziergang eignet sich auch gut für „Einsteiger" in die Botanik. Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk.

DW 1245 – Abendspaziergang
Elisabeth Tratter · Treffpunkt: S6-Bahnhof Stockdorf · fr 18.00 bis 20.00 Uhr · 22.7.2011 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Altehrwürdige Gärten auf dem Weihenstephaner Berg
Unter fachkundiger Führung entdecken Sie Hof-, Buchs- und Oberdieckgarten auf dem Freisinger Lehrberg:
Der parkähnliche Hofgarten, ehemaliger Klostergarten der Benediktinerabtei, besticht durch seine exotischen Blumen und fremdländischen Gehölze. Der Oberdieckgarten ist nach verschiedensten Gartenthemen wie z. B. Rosen, Duftpflanzen oder Freiland-Orchideen gegliedert.
Die Führung findet bei jedem Wetter statt.

DN 1251 – Führung
N.N. · Treffpunkt: Weihenstephaner Berg, neben dem Parkplatz beim Bräustüberl am Maibaum · so 10.30 bis 12.00 Uhr · 24.7.2011 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · 30 Plätze

Der Westpark:
Internationale Gartenschau 1983 – und heute?
Was wir heute als Westpark mit seinen Seen, Hügellandschaften, Tempeln, Staudenbeeten und Spielplätzen kennen, ist eine aus der IGA 1983 hervorgegangene Grünanlage. Davor bestand das Gelände aus einer relativ baumlosen landwirtschaftlichen Fläche. Auf unserem Spaziergang durch diesen attraktiven Stadtpark nähern wir uns seiner Geschichte und erfahren Wissenswertes zu seinen einzelnen Garten- und Biotopbereichen.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DS 1255 – Spaziergang – Sendling-Westpark
Jakob Kachelmann · Treffpunkt: Reulandstr./Ecke Pressburger Str. (U6 Westpark) · so 10.00 bis 12.30 Uhr · 7.8.2011 · € 9.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Botanische Entdeckungen am Teufelsgraben
Steil steigen auf beiden Seiten die waldbewachsenen Hänge des Teufelsgrabens auf – einem trockengefallenen eiszeitlichen Schmelzwassertal. Pestwurz mit ihren riesigen Blättern, gelber Eisenhut, Springkraut und Bergflockenblume begleiten den Weg. Quellwasser rieselt über moosbewachsene Kalktuffe. Auf der Höhe von Grub treffen wir auf die Mangfall, die wir bei Hohendilching überqueren, um durch feuchten Mischwald unseren Rückweg anzutreten.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DO 1275 – Wanderung
Elisabeth Tratter · Treffpunkt: S7-Bahnhof Kreuzstraße · sa 9.45 bis 14.15 Uhr · 27.8.2011 · € 17.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Gänsefuß und Liebesgras
Die Eroberung der städtischen Pflasterritzen
Im Inneren unserer Städte dominieren gepflasterte Wege, asphaltierte Straßen und Gebäude. Doch in vielen Nischen unserer Städte haben sich ganze Heerscharen von einheimischen und eingewanderten Pflanzen eingenistet: Sie zeugen von einer Eroberung neuer ökologischer Nischen, die sich durch das veränderte Mikroklima in unseren Städten bilden. In Münchens Innenstadt wollen wir auf Pflanzenexkursion gehen und einen Blick für die „grüne" Zukunft unserer Stadt bekommen. Zuletzt wird eine Brücke zum Projekt „Flora von München" geschlagen.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DM 1281 – Spaziergang – Innenstadt
Tobias Maier, Diplom-Biologe/Reinhard Muhr M.A. · Treffpunkt: Sendlinger Tor, Südseite · do 17.00 bis 19.00 Uhr · 1.9.2011 · € 8.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Foto: © mocy

Geologische und ökologische Erlebnistouren

Die moderne Schnitzeljagd – Geocaching:
Von der Theorie zur Praxis
Beim Geocachen geht es darum, mit Hilfe eines Satellitennavigationsgerätes (GPS-Empfänger) einen verborgenen Ort zu finden und Rätsel zu lösen, um am Ziel einen „Schatz" zu heben.
In dem Seminar lernen Sie die Funktionen kennen, die Ihr Empfänger haben sollte, wie Sie ihn bedienen und wie das Geocachen funktioniert. Wir legen uns außerdem Benutzerkonten auf geocaching.com und/oder opencaching.org an und suchen uns passende Caches heraus. Bei der Exkursion gehen wir dann gemeinsam auf Schatzsuche.

DS 1371 – Seminar und Exkursion – Sendling
Klaus-Peter Grimm · Einführung: Stadtbereichszentrum Süd, Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 11.7.2011 · Exkursion: Treffpunkt wird mitgeteilt · mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 18.7.2011 · € 22.– · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze

Die Isar von ihrer schönsten Seite
Eine Schlauchbootfahrt
Die Isar prägt München. Jeder kennt und nutzt sie in der Freizeit, aber was wissen wir wirklich über diese einmalige Naturlandschaft vor unserer Haustür? Wir möchten Ihnen die Besonderheit der Isarauen aus der schönsten Perspektive zeigen, vom Wasser aus: Bei unserer Bootstour erfahren Sie etwas über Entstehungsgeschichte, Flora und Fauna der Isar und lernen die ökologischen Zusammenhänge kennen.
Am Einführungsabend (Teilnahme verpflichtend) erhalten Sie neben einem Überblick zur Flussökologie und Geologie weitere Informationen zu Schwierigkeitsgrad, Sicherheit und Ausrüstung. Bei Interesse bitte in Warteliste eintragen lassen, da bei ausreichend vielen Teilnehmern ein zweites Boot eingesetzt wird.

DM 1377 – Seminar und Exkursion – Innenstadt
Julia Rahn · Einführung: VHS Lindwurmstr. 127 Rgb. · fr 19.00 bis 20.30 Uhr · 22.7.2011 · Exkursion: so 10.00 bis ca. 16.00 Uhr · 24.7.2011 · € 54.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich · 7 Plätze

Vom Museum an die Isar:
Vielfalt der Kieselsteine in Theorie und Praxis
In der Abteilung „Unruhige Erde" im Museum Mensch und Natur erhalten sie eine Einführung in die geologischen Prozesse, durch die unterschiedliche Gesteinsarten und Minerale entstehen. Zwei Tage später machen wir mitten in der Stadt eine Exkursion ans Isarufer: In der Vielfalt der Kiesel lassen sich fast alle Gesteinsarten wiederfinden und erzählen dabei die Enstehungsgeschichte der „rolling stones".
Die Exkursion findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk.

DW 1385 – Seminar und Exkursion – Nymphenburg
Dr. Peter Deters-Itzelsberger · Einführung: Museum Mensch und Natur, Schloss Nymphenburg · do 18.15 bis 19.45 · 15.9.2011 · Zuzüglich ermäßigten Eintritts € 2.– · Exkursion: sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 17.9.2011 · € 17.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Foto: © mocy

Mehrtägige naturkundliche Exkursionen
Mit der MVHS können Sie jetzt auch mehrere Tage unterwegs sein, um Ihr naturkundliches Wissen zu erweitern. Genauere Informationen erhalten sie rechtzeitig schriftlich oder bei einer Vorbesprechung.

Zum Quellgebiet der „grünen?" Isar
30. bis 31. Juli 2011
Wo die Isar entspringt, daran scheiden sich die Geister. Bei einer Wochenend-Wanderung werden wir uns der Wahrheit des tatsächlichen Ursprungs nähern. Wir wandern durch eine wildromantische Landschaft, in der die Isar noch frei fließen darf. Besonderheiten der Geologie dieses Gebirgsflusses werden erklärt.
Das Bergwochenende findet bei jedem Wetter statt. Ausreichend Kondition für ganztägige Bergtouren ist Voraussetzung (am zweiten Tag ca. 25 km). Kosten für Übernachtung in Vierbett-Zimmern mit Halbpension auf der Halleranger Alm (ca. € 34.–) und € 8.– pro Person für die Taxianfahrt sind vor Ort gesondert zu entrichten. Genauere Informationen erhalten die Teilnehmer vorab schriftlich. Die Münchner Volkshochschule behält sich vor, die Veranstaltung bis zum 14.7.2011 abzusagen, sollte die Mindestteilnehmerzahl von elf nicht erreicht werden.

DS 1411 – Wochenendexkursion
Julia Rahn · Treffpunkt: wird vor der Veranstaltung schriftlich mitgeteilt · sa/so 9.00 bis 19.00 Uhr · 30./31.7.2011 · € 44.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich · Kosten für Anfahrt, Verpflegung und Halbpension sind nicht im Preis enthalten · 15 Plätze

Erlebte Geologie im Pustertal
23. bis 25. September 2011
Das Pustertal in Südtirol ist eine geologisch interessante Region an der Grenze zwischen Nordalpen und Südalpen. Granite, Kalksteine und Schiefer liegen hier an der Pustertallinie, einer tektonischen Störung, eng zusammen.
Die drei Tagestouren führen auf etwa 2500 m (max. 900 Höhenmeter). Mittlere Kondition und Trittsicherheit sind erforderlich. Die Kosten für Halbpension im Madlanerhof von € 37.– pro Person in Drei- bis Vierbettzimmern sind gesondert vor Ort zu entrichten. Genauere Informationen erhalten Sie bei der Vorbesprechung. Die MVHS behält sich vor, die Veranstaltung bis eine Woche vor der Vorbesprechung abzusagen, sollte die Mindestteilnehmerzahl von elf nicht erreicht werden.

DM 1415 – mehrtägige Exkursion – Innenstadt
Dr. Peter Deters-Itzelsberger · Vorbesprechung: Lindwurmstr. 127 Rgb · mi 19.00 bis 20.30 Uhr · 14.9.2011 · Exkursion: fr bis so · 23.9. bis 25.9.2011 · € 69.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich · Kosten für Anfahrt, Verpflegung und Halbpension sind nicht im Preis enthalten · 15 Plätze

Tierpark Hellabrunn hinter den Kulissen
Hellabrunner Highlights exklusiv für Sie: Fragen Sie dem qualifizierten Fachpersonal des Tierparks ruhig „zoologische Löcher" in den Bauch und erfahren Sie so Neues und Interessantes über Hellabrunn und seine Bewohner. Dabei erhalten Sie auch einen Einblick in die Vielfalt der Aufgaben und Probleme eines modernen, wissenschaftlich geleiteten zoologischen Gartens.

Nach Schließung der Tore: Tierpark am Abend
Die Besucherströme sind verschwunden und im Tierpark kehrt Ruhe ein. Viele Tiere ändern nun plötzlich ihr Verhalten, manche sind vielleicht jetzt erst sichtbar, weil sie sich vor dem Trubel versteckt hielten. Bei dieser Führung werden Sie an einige interessante Plätze geführt und erleben exklusive Highlights. Ein neues Tierpark-Erlebnis abseits des Publikumsbetriebs.
Für Kinder unter sechs Jahren nicht geeignet.

DS 1717 – Führung – Thalkirchen
N.N. · Tierpark Hellabrunn · Tierparkstr. 30, Ecke Schönstr./ Nähe Alemannenplatz (Bus 52) · Treffpunkt: Flamingokasse · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 2.9.2011 · € 19.50 · Kinder 6–14 Jahre € 15.50 · Eintritt inklusive · Anmeldung erforderlich · 25 Plätze

Tierpark bei Nacht – Führung mit Nachtsichtgerät
Viele Tiere verändern ihr Verhalten nach Einbruch der Dunkelheit. Manche werden munter, andere haben außergewöhnliche Schlafplätze oder fressen die ganze Nacht. Auf unserem Rundgang erfahren wir mehr über das Verhalten der dämmerungs- und nachtaktiven Tiere. Hier sind alle Sinne gefragt! Geräuschen und Gerüchen, die wir tagsüber „übersehen", werden wir nachgehen. Einen besonderen Einblick gewährt dabei die Nutzung von Nachtsichtgeräten.
Diese Führungen sind nur für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren geeignet.

DS 1737 Y – Führung – Thalkirchen
N.N. · Tierpark Hellabrunn · Tierparkstr. 30, Ecke Schönstr./ Nähe Alemannenplatz (Bus 52) · Treffpunkt: Flamingokasse · fr 22.00 bis 23.30 Uhr · 29.7.2011 · € 26.50 · Keine Ermäßigung · Eintritt inklusive · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze

DO 1743 Y – Führung – Thalkirchen
N.N. · Tierpark Hellabrunn · Tierparkstr. 30, Ecke Schönstr./ Nähe Alemannenplatz (Bus 52) · Treffpunkt: Flamingokasse · sa 22.00 bis 23.30 Uhr · 20.8.2011 · € 26.50 · Keine Ermäßigung · Eintritt inklusive · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze

München und Bayern – unterwegs zu Kunst und Kultur

„Götterdämmerung. König Ludwig II." – Exkursion zur Landesausstellung im Neuen Schloss Herrenchiemsee
2011 ist Ludwigsjahr und ein Höhepunkt des Gedenkens an den mythenumrankten König wird die Landesausstellung in den unvollendeten Zimmerfluchten des Neuen Schlosses Herrenchiemsee sein. Lassen Sie sich mittels dieser Ausstellung sowohl in die reale Zeit Ludwig II., als auch in seine Märchenwelt entführen und nutzen Sie die Chance, sich selbst ein Bild zu machen. Die Ausstellung entfaltet eine breite Palette von Themen rund um die Person und das Leben des bis heute verehrten Königs: Kindheit, Königskrönung, Kriege, der „Kaiserbrief", Ludwig II. und Wagner, Luwig II. und Technik, seine Schulden, die Gerüchte über ihn, seine Festnahme und schließlich sein rätselhafter Tod, der bis heute viel zum Mythos Ludwig II. beiträgt.

BS 369 – Bahnexkursion – Innenstadt
Barbara Reis M.A. · Münchner Hauptbahnhof, Haupthalle · so 9.00 bis 17.00 Uhr · 17.7.2011 · € 18.– · zzgl. Bayernticket und Eintritt · Anmeldung erforderlich · 19 Plätze · ♿

Ruhmeshalle und Bavaria
König Ludwig I. ließ die Gedenkstätte für „ausgezeichnete Bayern" 1843 bis 1853 nach den Plänen von Leo von Klenze errichten. Noch heute wird das Programm durch neue Marmorbüsten erweitert und mit der Schriftstellerin Lena Christ und der Schauspielerin Clara Ziegler sind erstmals Frauen in die ionische Säulenhalle eingezogen. Während des Rundgangs lernen Sie die wichtigsten Persönlichkeiten kennen. Ludwig von Schwanthalers Bavaria, die erste Kolossalstatue der europäischen Kunstgeschichte seit der Antike, ist eine technische Meisterleistung der Erzgießer Johann Baptist Stiglmaier und Ferdinand von Miller.

EM 5052 E – Führung – Schwanthalerhöhe
Maria Jenkin-Jones M.A. · Treffpunkt: Am Fuß der Bavaria · sa 15.00 bis 16.30 Uhr · 23.7.2011 · € 8.– · Anmeldung erwünscht · 18 Plätze

„Fremd unter Fremden" – Brunnenfiguren bayerischer Volkssänger auf dem Viktualienmarkt
Wer kennt sie noch: Elisabeth Aulinger, Ida Schumacher, den Roider Jakl oder den Ferdinand Weisheitinger? Letzteren vielleicht gerade noch als „Weiß-Ferdl". Und natürlich Liesl Karlstadt und Karl Valentin. Und was heißt schon „kennen"? Bei einem Rundgang über den Viktualienmarkt, wo sie alle einen Brunnen haben – „a Denkmoi, wo's Wasser rausrinnt", wie der Roider-Jakl gesungen hat – werden sie in Text- und Tondokumenten dem Vergessen entrissen.

EM 5058 E – Führung – Innenstadt
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Auf dem Viktualienmarkt am Maibaum · sa 11.00 bis 13.00 Uhr · 9.7.2011 · € 8.– · Anmeldung erwünscht · 18 Plätze

Franziska von Reventlow und ihre „Prinzen“
Tolle Gräfin und „arms Luada“
Franziska von Reventlow gilt als eine Leitfigur der Bohème, die vor 100 Jahren zum literarisch-kulturellen etwas „halbseidenen“ Ruf oder Ruhm Schwabings beigetragen hat. Auch als Vorkämpferin weiblicher Emanzipation und emanzipierter Sexualität ist sie bekannt. Über zehn Adressen hatte „Fanny“ in den wenig mehr als zehn Jahren, in denen sie in Schwabing lebte. Ungezählt sind die Orte, wo sie sonst noch ihr müdes Haupt hinlegte – und mit wem sie sich anlegte!

EM 5060 E – Führung – Schwabing
Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Am Siegestor, Ludwigstr. · sa 15.00 bis 17.00 Uhr · 17.9.2011 · € 8.– · Anmeldung erwünscht · 18 Plätze

Der Lenbachplatz, das Bernheimer-Haus und seine Architekten – Innen- und Außenbesichtigung
Zu seiner Zeit galt das 1887–89 erbaute Bernheimer-Haus als „künstlerisch bedeutendster Privatbau Münchens“. Geplant von Friedrich Thiersch, dem Schöpfer des Justizpalastes, überließ dieser seinem jungen Schüler Martin Dülfer die Gestaltung der Hauptfassade zum Lenbachplatz. Dülfer schuf dort sein erstes Münchner Werk in Formen des Neubarock mit vielen originellen Details, allerdings in Verbindung mit modernsten Konstruktionsmethoden, wie die unverkleideten Eisenkonstruktionen mit den riesigen Schaufensterscheiben zeigen. Seine Inspirationen suchte Dülfer unter anderem beim Pariser Louvre, bei der Münchner Asamkirche, der Amalienburg, der Dresdner Frauen- und der dortigen Hofkirche.

EM 5074 E – Führung – Innenstadt
Dr. Dieter Klein · Treffpunkt: Bernheimer Haus, Lenbachplatz 3 · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 10.9.2011 · € 8.– · Anmeldung erwünscht · 18 Plätze

Schloss Nymphenburg „von unten“
Bei einem Außenrundgang wird das Schloss Nymphenburg als Lebens- und Wirtschaftsraum in Vergangenheit und Gegenwart erklärt. Ein Blick auf Wirtschaftshöfe, Küchen- und Kasernenbau, Stallhof und Schlossrondell vermittelt Erkenntnisse über die gesellschaftlichen Verhältnisse, das Arbeits- und Alltagsleben im Lauf der Jahrhunderte.
Bitte beachten Sie: Bei der Führung handelt es sich um eine Außenführung; Innenräume werden nicht besichtigt.

EW 5088 E – Führung – Nymphenburg
Albrecht Vorherr · Schloss Nymphenburg, Freitreppe vor dem Schloss · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 24.7.2011 · € 10.– · Anmeldung erwünscht · 18 Plätze

Foto: © mocy

Venite con noi al Nymphenburg
„Borgo delle Ninfe" nannte die italienische Prinzessin und spätere Bayerische Kurfürstin Henriette Adelaide von Savoyen, das Schloss, das von italienischen Architekten für sie erbaut wurde. Sie wünschte sich einen Ort des Vergnügens und des sorgenlosen Lebens. Die komplette Schlossanlage sollte sie an ihr Herkunftsland erinnern: auf den Kanälen fuhren damals ca. 200 Gondolieri mit ihren original italienischen Gondeln! – Die Führung in italienischer Sprache präsentiert die Schlossanlage und schildert das Leben am Hof der Kurfürstin.

„Il borgo delle ninfe" cosí la principessa Enrichetta Adelaide di Savoia, sposa del futuro principe elettore, volle chiamare la sua residenza estiva che fu costruita da architetti italiani. Desiderava un luogo di divertimento e di spensieratezza. Tutto il castello doveva ricordare alla principessa la sua terra nativa: sui canali adiacenti navigavano ca 200 gondole con altrettanti gondolieri! – La visita guidata in lingua italiana presenta il castello e la vita alla corte della principessa elettore.

EW 5090 E – Führung – Nymphenburg
Dott. Fiorella Palini · Schloss Nymphenburg · Freitreppe vor dem Schloss · so 10.30 bis 12.00 Uhr · 18.9.2011 · € 6.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Künstler und Kosmopoliten
Geschichte und Geschichten der Villa Waldberta
Die 1901/02 erbaute Villa Waldberta in Feldafing gilt als eines der schönsten Beispiele für die Villenbaukultur der Jahrhundertwende am Starnberger See. Die Villa war von Anfang an Wohnhaus und Begegnungsstätte für Kosmopoliten, Künstler, Unternehmer und Politiker. Nach dem Zweiten Weltkrieg waren hier viele Jahre lang jüdische „Displaced Persons" untergebracht. 1972, während der Olympischen Spiele in München, logierte dort Bundeskanzler Willy Brandt und empfing Gäste wie Henry Kissinger oder George Pompidou. Seit 1966 ist das Haus durch eine großzügige private Stiftung der Deutsch-Amerikanerin Bertha Koempel im Besitz der Landeshauptstadt München, die die Villa als internationales Künstlerhaus nutzt. Stipendiaten können hier einige Monate wohnen und kreativ arbeiten.
Die Führung durch die Villa Waldberta bringt Ihnen Geschichte und Geschichten des Hauses und seiner Bewohner näher.

ES 5030 – Exkursion
Tobias Mahl · Treffpunkt: S-Bahn-Station Feldafing (S6 Tutzing) · so 14.00 bis 16.30 Uhr · 31.7.2011 · € 8.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Die Roseninsel im Starnberger See
Die Geschichte der Roseninsel reicht von jungsteinzeitlichen Besiedlungsspuren über die Bedeutung der Insel in frühchristlicher Zeit bis zur Entdeckung dieses Kleinods durch die Könige Maximilian II. und Ludwig II. Im Rahmen der Führung wird die wechselvolle Geschichte der einzigen Insel im Starnberger See aufgezeigt. Im Mittelpunkt stehen dabei der wieder hergestellte Rosengarten und das ebenfalls restaurierte Casino. Die Anreise erfolgt individuell.

EW 5033 – Exkursion
Ümit Schaul M.A. · Treffpunkt: Feldafing, Platanenrondell Feldafinger Park, gegenüber der Roseninsel · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 10.7.2011 · € 8.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich: Fähre ca. € 3.–, Eintritt ins Casino ca. € 2.– · Anmeldung erforderlich · 18 Plätze

Foto: © mocy

Senioren Volkshochschule

Münchens schönste Gärten und Brunnen
Oasen der Altstadt – abendlicher Genießer-Spaziergang
Von Erinnerungen an mittelalterliche Gärten über den Hofgarten des aufblühenden Barock bis zu Grünanlagen des malerischen Landschaftsgarten-Stils führt dieser Spaziergang. Dabei werden wir erleben, wie verschiedene Kulturepochen ihre Ideale von Harmonie und „Erinnerungen an das Paradies" verwirklichten. Gerade mit den schönsten Grünanlagen harmonieren einige der reizvollsten Münchner Brunnen.

EM 5076 – Führung – Innenstadt
Stefan Ellenrieder M.A. · Für Senior(inn)en · Treffpunkt: Brunnen am Rindermarkt · so 19.00 bis 21.00 Uhr · 17.7.2011 · € 8.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

‚Das Geheimnis des blauen Diamanten – Rundgang durch die Schatzkammer der Münchner Residenz
Die Schatzkammer der Münchner Residenz zählt neben der Eremitage in St. Petersburg, dem Londoner Tower und dem Kunsthistorischen Museum in Wien zu den bedeutendsten ihrer Art. Kostbarste Kunstgegenstände aus nahezu zehn Jahrhunderten sind hier zu finden. Zu den Prunkstücken gehören oft spannende Geschichten. So ist das Palladium der Residenz, die St.-Georgs-Statuette, eigentlich ein Reliquienschrein. Auch das rätselhafte Verschwinden und das Wiederauftauchen des großen blauen Diamanten in der Wittelsbacher Königskrone von 1806 ist Thema der Führung.

EM 5078 E – Führung – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Treffpunkt: Residenzmuseum, Max-Joseph-Platz 3, Kassenraum · so 11.00 bis 12.30 Uhr · 7.8.2011 · € 6.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erwünscht · 20 Plätze

Romantische Straße 4:
Schillingsfürst und Feuchtwangen
Wir besuchen Schillingsfürst, das vom mächtigen Barockschloss der Fürsten von Hohenlohe-Schillingsfürst überragt wird. In Feuchtwangen beeindrucken der überaus harmonische Marktplatz mit dem prächtigen Rathaus, der gotischen Stiftskirche und ein spätromanischer Kreuzgang.
Exkursion in Kooperation mit Reisen und Bildung GmbH und der VHS Gröbenzell.

EN 5009 – Busexkursion
Dr. Marie-Louise Schmeer-Sturm · Für Senior(inn)en · Busabfahrt München: 7.30 Uhr · Neptunbrunnen am Alten Botanischen Garten, Elisenstr. · Rückkunft: ca. 20.00 Uhr · do 7.30 bis 20.00 Uhr · 29.9.2011 · € 40.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Eintritte · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Das markgräfliche Franken und die Hugenotten
1686 fanden französische Glaubensflüchtlinge in Erlangen eine neue Heimat bei Markgraf Christian Ernst von Hohenzollern. Er ließ für sie die barocke Idealstadt „Christian-Erlang" errichten. Rundgang durch die Altstadt mit Hugenottenkirche, Markgrafentheater, Schlossgarten mit Hugenottenbrunnen, alte Universität und Schloss. In Schwabach befindet sich bis heute das größte Zentrum der Blattgoldherstellung. Das „Fabrik-Museum" in Roth präsentiert die Herstellung „Leonischer Waren" – hugenottische Technik zur Herstellung und Verarbeitung feinster Gold-, Silber- und Eisendrähte.
Exkursion in Kooperation mit Reisen und Bildung GmbH.

EW 5012 – Busexkursion
Dr. Gerhard Pfahler/Dr. Marie-Louise Schmeer-Sturm · Für Senior(inn)en · Busabfahrt München: 7.30 Uhr · Neptunbrunnen am Alten Botanischen Garten, Elisenstr. · Rückkunft: ca. 19.30 Uhr · di 7.30 bis 19.30 Uhr · 6.9.2011 · € 40.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Eintritte · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Neuburg an der Donau: Residenz der Jungen Pfalz
Flämischer Barock in der Staatsgalerie
Neuburg gilt als eine der schönsten Renaissance-Städte Bayerns. Das Fürstentum Pfalz-Neuburg wurde 1505 für die Brüder Ottheinrich und Philipp geschaffen und Neuburg entwickelte sich als Residenz der sogenannten Jungen Pfalz. Nach einer Einführung auf der Hinfahrt erkunden wir in einem Rundgang die obere Stadt mit Schloss, Schlosskapelle, Hofkirche, den Baudenkmälern um den Karlsplatz und der Kirche St. Peter. In der Staatsgalerie „Flämische Barockmalerei", die erst 2005 im Schloss eingerichtet worden ist, begegnen wir u. a. Werken von Peter Paul Rubens und Anthonis van Dyck.

EM 5023 – Bahnexkursion
Dr. Beatrice Trost · Für Senior(inn)en · Anreise per Bahn · Treffpunkt: München Hauptbahnhof, am Beginn von Gleis 26 · 8.50 Uhr (Abfahrt: 9.04 Uhr) · Rückkunft: ca. 18.53 Uhr · sa 8.50 bis 18.50 Uhr · 9.7.2011 · € 22.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Bahnfahrt/Bayernticket € 30.– für 5 Personen · Zuzüglich Eintritte max. € 8.– · Anmeldung erforderlich · 19 Plätze

Berchtesgadener Land
Fahrt nach Maria Gern, einer der originellsten barocken Wallfahrtskirchen Süddeutschlands. Am Königssee haben Sie Gelegenheit zu einer einstündigen Wanderung über den Malerwinkel zum See oder zu einer Schifffahrt nach St. Bartholomä. In Berchtesgaden Besichtigung der ehemaligen Augustinerchorherrenstiftskirche St. Paul und Johannes mit spätgotischem Chorgestühl und romanischem Kreuzgang. Ein wahres Kleinod ist die Kirche St. Georg mit spätgotischem Altar in Nonn bei Bad Reichenhall.
Exkursion in Kooperation mit Reisen und Bildung GmbH.

EO 5041 – Busexkursion
Dr. Marie-Louise Schmeer-Sturm · Für Senior(inn)en · Busabfahrt München: 7.30 Uhr · Neptunbrunnen am Alten Botanischen Garten, Elisenstr. · Rückkunft: ca. 20.30 Uhr · di 7.30 bis 20.30 Uhr · 13.9.2011 · € 40.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Eintritte · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Foto: © H. Möer

Familie und Co.

Natur erleben

Vom Bauernhof zur Mühle – vom Korn zum Mehl
Vom Bahnhof Markt Schwaben wandern wir ca. eine Stunde zu einer idyllisch gelegenen Mühle, vorbei an Feldern, Bauernhöfen, Pferdekoppeln und, mit etwas Glück, Störchen. Bei der anschließenden Führung durch seine Mühle (Unkostenbeitrag von € 2.– pro Erwachsenen ist vor Ort an den Müller zu entrichten) zeigt uns der Müller verschiedene Arten von Getreide und wie aus dem Korn Mehl entsteht. Im Umfeld der Mühle entdecken wir Gänse, Fische, Hühner und einen Kräutergarten.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DO 1672 – Familienexkursion
Daniela Bröhl · Treffpunkt: S-Bahnhof Markt Schwaben neben der Bäckerei · sa 11.45 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 17.– · Kinder ab 4 Jahren € 8.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Mit dem Isar-Ranger unterwegs
Wir durchstreifen mit dem Isar-Ranger die faszinierende Flusslandschaft der Pupplinger Au und lernen die unterschiedlichen Lebensräume wie Auwälder und Kiesbänke mit ihren seltenen Tier- und Pflanzenarten kennen. Das Aufgabenfeld des Rangers, der das Naturschutzgebiet im Auftrag des Landratsamtes betreut, ist vielfältig: Neben der Betreuung von Naturexkursionen ist er auch zuständig für Pflegearbeiten an Wanderwegen und Biotopflächen, und wenn durch Freizeitaktivitäten Probleme entstehen, sind die Isar-Ranger ebenfalls vermittelnd zur Stelle.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DW 1673 – Familienexkursion
Bernhard März · Treffpunkt: S7-Bahnhof Icking · so 10.00 bis 14.00 Uhr · 17.7.2011 · € 15.– · Kinder ab 7 Jahren € 8.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Der Schäfer und seine Herde im Englischen Garten
Für viele Stadtkinder ist das ein neues und einmaliges Erlebnis – es blökt, riecht, ist wollig, frisst, pieselt und …: Wir begleiten den Schäfer, erfahren einiges über seinen Beruf und seine Tiere und filzen zum Abschluss etwas aus Schafwolle.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. Benötigte Getränke und Verpflegung sind mitzubringen.

DN 1674 – Familienexkursion
Daniela Bröhl · Treffpunkt wird kurzfristig mitgeteilt: Bitte hinterlassen Sie eine Telefonnummer oder E-Mail-Adresse · so 14.00 bis 17.30 Uhr · 31.7.2011 · € 13.– · Kinder ab 4 Jahren € 6.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Wie Vögel schlafen
Dämmerung im Nymphenburger Schlosspark
Dunkelheit senkt sich über das Schloss, und auch die vielen Vögel im Park suchen einen Platz für die Nacht. Doch warum fällt die schlafende Meise nicht vom Ast? Wieso schlafen viele Vögel im Stehen, manche sogar auf nur einem Bein? Bekommen Vögel beim Schlafen auf dem Wasser „kalte Füße"? Bei diesem Dämmerungsspaziergang erhalten Erwachsene und Kinder Antworten auf viele alltägliche Fragen rund um den Schlaf der Vögel. Und wenn wir Glück haben, sehen wir sogar Vögel, die beim Fliegen schlafen!
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DW 1573 – Familien-Abendexkursion – Nymphenburg
Silke Sorge · Treffpunkt: Schloss Nymphenburg, vor der Freitreppe · fr 19.30 bis 21.30 Uhr · 5.8.2011 · € 7.– · Kinder ab 7 Jahren € 4.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Feuer machen wie Ötzi!
Exkursion zum Zunderschwamm
Bei Ötzi, dem Mann aus dem Eis, fanden die Forscher drei Pilzarten im Handgepäck. Darunter den auch bei uns häufigen Birkenporling (wohl zu medizinischen Zwecken) und Zunder. Wir suchen den Zunderschwamm und bereiten dessen Hutgewebe für die Feuerherstellung nach der Steinzeitmethode vor. Unterwegs erfahren wir Nützliches über die Ökologie der Holz zersetzenden Pilze. An geeigneter Stelle suchen wir uns alle notwendigen Naturstoffe, um ein kleines Feuer ohne Feuerzeug oder Zündhölzer herzustellen.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung und festem Schuhwerk. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Pilzkunde München e. V.

DS 1041 – Familienexkursion
Peter Karasch, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie · Treffpunkt: S6-Bahnhof Stockdorf, bei den Fahrradstellplätzen · sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 6.8.2011 · € 11.– · Kinder ab 7 Jahren € 6.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Urwald vor der Haustüre
Abendexkursion zu alten Bäumen
Die alten Hangwälder im Grünwalder Isartal gelten als Schatzkammer der Artenvielfalt im Landkreis München. Uralte Buchen und Fichten, viel Totholz und eine große Zahl blühender Sträucher und Kräuter auf teilweise feuchten Böden ziehen uns in ihren Bann. Am Abend ertönen die Reviergesänge der vielen Vogelarten fast genauso wie zur Morgendämmerung. Auf geheimnisvollen Pfaden erkunden wir die Tier- und Pflanzenwelt.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

DO 1253 G – Familienexkursion – Grünwald
Manfred Siering · Treffpunkt: Ostende Grünwalder Isarbrücke, am Kiosk · sa 16.00 bis 19.00 Uhr · 6.8.2011 · € 11.– · Kinder ab 7 Jahren € 6.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Nächtliche Flugkünstler im Isar-Dschungel
Nachts gleicht die Landschaft an der Isar mit ihren Wäldern und Wasserläufen und Seen einem undurchdringlichen Dschungel. Doch für Flugkünstler ist das kein Problem. Wir werden Fledermäuse und Nachtfalter suchen, die sich hier auf leichten Schwingen lautlos und behende zurechtfinden. Aber Vorsicht, dass wir nicht über eine Kröte stolpern.
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Bitte Taschenlampen und, wenn vorhanden, Fernglas und (Becher-)Lupe mitbringen.

DS 1675 – Familien-Nachtexkursion
Tobias Maier, Diplom-Biologe · Treffpunkt: U-Bahnhof Thalkirchen, Ausgang Tierpark oben · fr 19.30 bis 22.30 Uhr · 12.8.2011 · € 11.– · Kinder ab 7 Jahren € 6.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Foto: © mocy

Bäume (er)kennen leicht gemacht
Auf unserem Weg durch die Hirschau lernen Kinder und Erwachsene, Bäume und Sträucher anhand ihrer Blätter, Rinde und Früchte zu bestimmen. Kleine Anekdoten und Geschichten zeigen, wie spannend Verwendung, Bedeutung und Kulturgeschichte einzelner Baumarten sein können.
Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt.

DN 1261 – Familienexkursion
Tobias Maier, Diplom-Biologe · Treffpunkt: U6 Alte Heide, Kreuzung Ungererstr./Crailsheimstr. · sa 10.00 bis 12.00 Uhr · 20.8.2011 · € 7.– · Kinder ab 7 Jahren € 4.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Nach Schließung der Tore: Tierpark am Abend
Die Besucherströme sind verschwunden und im Tierpark kehrt Ruhe ein. Viele Tiere ändern nun plötzlich ihr Verhalten, manche sind vielleicht jetzt erst sichtbar, weil sie sich vor dem Trubel versteckt hielten. Bei dieser Führung werden Sie an einige interessante Plätze geführt und erleben exklusive Highlights. Ein neues Tierpark-Erlebnis abseits des Publikumsbetriebs.
Für Kinder unter sechs Jahren nicht geeignet.

DS 1717 – Führung – Thalkirchen
N.N. · Tierpark Hellabrunn · Tierparkstr. 30, Ecke Schönstraße/Nähe Alemannenplatz (Bus 52) · Treffpunkt: Flamingokasse · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 2.9.2011 · € 19.50 · Kinder 6–14 Jahre € 15.50 · Eintritt inklusive · Anmeldung erforderlich · 25 Plätze

Isarkiesel – die Rolling Stones aus den Alpen
Mitten in der Stadt finden wir am Isarufer eine große Vielfalt bunter Kiesel, die wir im Team (Erwachsene und Kinder) sammeln und erforschen wollen. Mit Hilfe einer Anleitung, Hammer und Lupe suchen wir verschiedene Isarkiesel und ordnen diese nach geologischen Gesichtspunkten. Auf unterhaltsame Weise erfahren wir Spannendes über die Herkunft und Entstehungsgeschichte der unterschiedlichen Gesteinsarten.
Die Exkursion findet bei jedem Wetter statt, bitte mit angemessener Kleidung, festem Schuhwerk, evtl. Sonnenschutz und Getränk.

DO 1381 – Familienexkursion
Astrid Balzer · Treffpunkt: U-Bahnstation Thalkirchen, Ausgang Tierpark oben · sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 3.9.2011 · € 11.– · Kinder ab 7 Jahren € 6.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Jäger der Nacht: Fledermäuse im Englischen Garten
Für Erwachsene und Kinder ab 7 Jahren (nur in Begleitung eines Erwachsenen)
Mit den Ohren sehen und mit den Händen fliegen? Kopfüber schlafen? Was für uns unvorstellbar ist, ist für Fledermäuse ein Leichtes. Bei unserem Spaziergang können Eltern und Kinder die geheimnisumwitterten Nachttiere aufspüren. Wir erfahren, wie sie jagen, was sie fressen, ob es Vampire wirklich gibt und vieles mehr.
Bei starkem Regen oder Wind muss die Führung ausfallen.
In Zusammenarbeit mit dem Landesbund für Vogelschutz in Bayern e. V.

DM 1687 – Familien-Abendexkursion – Schwabing
Nina Schnapp, Diplom-Biologin · Treffpunkt: Bushaltestelle Chinesischer Turm (Bus 54 Richtung Lorettoplatz) · fr 19.00 bis 21.00 Uhr · 9.9.2011 · € 7.– · Kinder ab 7 Jahren € 4.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung eines Erwachsenen) · 20 Plätze

Foto: © Adolf Riess/PIXELIO

Die Würm in Pasing – von Hüttenbädern und alten Schlössern
Für Kinder ab 8 Jahren mit ihren Eltern/Großeltern
Die Würm schlängelt sich durch ganz Pasing – und auf der „Würminsel" stand vor Urzeiten das erste Schloss, mit dem alles begann. Wir wandeln auf den Spuren der mittelalterlichen Pasinger Schlösser im schönen Klostergarten der Englischen Fräulein. Anschließend suchen wir nach den Orten der ehemaligen Würmbäder, in denen die Pasinger und die vielen Sonntagsausflügler bis zum Bau des Westbades im Sommer baden und im Winter Schlittschuhlaufen konnten. Wie war das damals eigentlich – durften die Damen früher wirklich nur voll bekleidet ins Wasser, um baden zu können? Und was war ein Hüttenbad? Am Ende des Spaziergangs treffen wir uns zum Frühstück im Kindercafé in der Pasinger Fabrik.
Ein Gemeinschaftsprojekt von Kultur & Spielraum e. V. mit der MVHS und „Lust auf Kunst!"

CW 4868 – Familienführung – Pasing
Constanze Lindner Haigis · Treffpunkt: Eingangstor der Congregatio Jesu, Institutstr. 3 · so 10.00 bis 12.00 Uhr · 24.7.2011 · € 7.– · Kinder € 4.– · 18 Plätze

Ausflüge zu Kunst und Kultur

Im Wohnzimmer der Wittelsbacher
Zu Besuch im Alten Hof und der Münchner Residenz
Für Kinder ab sechs Jahren mit ihren Eltern/Großeltern
Wie lebte die Familie Wittelsbach in vergangenen Zeiten? Hielten sie sich wirklich Löwen als Haustiere? Welche Hobbies hatten die Herrscher? Der Alte Hof und die reich geschmückten Räume, Möbel und Gemälde der Residenz erzählen uns von ihrem Leben und ihren Vorlieben. Wir gehen auf Entdeckungsreise und gestalten unser eigenes herrschaftliches Zimmer im Schuhkarton.
Bitte Schuhkarton mitbringen!

EM 5092 – Familienführung – Innenstadt
Stephanie Lyakine-Schönweitz M.A. · Treffpunkt: Residenzmuseum, Kassenhalle · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 17.9.2011 · € 7.– · Kinder ab 6 Jahren € 4.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erforderlich · 18 Plätze

Museumswerkstatt

Dieses Kreativprogramm richtet sich an Eltern, Großeltern oder andere begleitende Erwachsene, die mit Kindern einen lehrreichen, informativen und kurzweiligen Tag im Museum verbringen möchten. Das gemeinsame Erlebnis in der Familie sowie ein positiver Zugang zu lustvollem, selbst bestimmtem Lernen stehen hier im Vordergrund.
In den Zwergerlkursen können Kinder im Vorschulalter (ab vier Jahren) erste Schritte ins Museum tun. In der Werkstatt gestalten Kinder von fünf bis zehn Jahren ihre Eindrücke, erfahren Kunst kindgerecht, entdecken die faszinierende Welt fremder Völker oder begreifen Phänomene der Technik und Natur.

Der Musenkuss – Kinder- und Familienwerkstätten im Museum Villa Stuck
Prinzregentenstraße 60 · Bus 100, Tram 18 · U4 Prinzregentenplatz · U4/5 Max-Weber-Platz
Treffpunkt: Eingangsbereich

Sage mir, wer wohnte hier?
Für Kinder ab vier Jahren
Wir wollen uns die prachtvollen und reich geschmückten Räume in der berühmten Stuck-Villa ansehen und dabei hören, welche Menschen hier lebten. Mit bunten Farben kannst du anschließend ein prächtiges Haus für deine eigene Familie malen.
Bitte mitbringen: Federmäppchen

EO 5922 E – Kinderwerkstatt – Haidhausen
Dr. Franziska Wolff · In Kooperation mit dem Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 10.7.2011 · € 7.– · Anmeldung erwünscht · 12 Plätze

Reingucken und Rausgucken
Die Ausstellung Street Life und Home Stories
für Kinder ab sechs Jahren mit ihren Eltern/Großeltern
Wer wohnt denn hier? Was ist hier auf der Straße passiert? Die Künstler und Künstlerinnen wie Tobias Zielony, Candida Höfer, Robin Rhode und Evelyn Hofer sind neugierig und besuchen die Menschen zu Hause. Oder sie erzählen uns spannende Geschichten, die auf der Straße rund um die Welt geschehen. Nach einer Entdeckungsreise gestalten wir in Collagetechnik unsere eigenen Stadtbilder und Innenansichten im Schuhkarton. Das Gestalten findet im JUGENDZIMMER oder bei schönem Wetter im Garten der Villa Stuck statt.

EO 5924 E – Familienwerkstatt – Haidhausen
Stephanie Lyakine-Schönweitz M.A. · In Kooperation mit dem Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 4.9.2011 · € 7.– · Kinder € 4.– · Zuzüglich ermäßigtem Eintritts für Erwachsene · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Der Maler und seine Zeit
Für Kinder ab vier Jahren mit Eltern oder Großeltern
Wir betrachten die Räume der prachtvollen Villa, die Gemälde und im Besonderen auch die Rahmen. Im JUGENDzimmer malt ihr mit Wasserfarben und Kreiden ein Bild, dazu gestaltet ihr euren eigenen Rahmen. Bitte Kittel und € 2.50 Materialgeld mitbringen!

EO 5926 E – Familienwerkstatt – Haidhausen
Monika Humm · In Kooperation mit dem Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · so 15.00 bis 17.00 Uhr · 18.9.2011 · € 7.– · Kinder € 4.– · Zuzüglich ermäßigtem Eintritts für Erwachsene · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Familienführung in der Pinakothek der Moderne
Barer Straße 40 · Tram 27
Treffpunkt: Rotunde in der Pinakothek der Moderne

Blaue Frauen und kämpfende Farben
Gemälde in der Pinakothek der Moderne
Für Kinder ab sechs Jahren mit ihren Eltern/Großeltern
Kann die Sonne lachen? Können Berge explodieren? Was macht manche Bilder so ruhig und andere so schrill? Wir lernen Max Beckmann, Paul Klee, Pablo Picasso, Emil Nolde und andere „Moderne" kennen.
Bitte Buntstifte und Block mitbringen.

EM 5942 – Familienführung – Innenstadt
Petra Rhinow M.A. · Treffpunkt: Pinakothek der Moderne · Barer Str. 40 · so 16.00 bis 18.00 Uhr · 18.9.2011 · € 7.– · Kinder € 4.– · Zuzüglich Eintritt für Erwachsene · Anmeldung erforderlich · 18 Plätze

Familienwerkstatt im Burgmuseum Grünwald
Zeillerstraße 3 · S7 Höllriegelskreuth · Tram 25
Treffpunkt: Kasse

Allerley Kurtzweyl
Mittelaltertag auf der Burg Grünwald
Mitmachprogramm für Eltern/Großeltern und deren Kinder/Enkelkinder ab sechs Jahren.
Wir treffen uns im Burgmuseum. Dort steigen wir auf den Turm und lauschen der Geschichte vom kleinen Ritter und seinem schönen, edlen, herzelieben Frowelin. Anschließend punzieren wir in unserer Mittelalterwerkstatt Lederbänder und Beutel, rühren nach alten Rezepturen heilende Kräutermischungen und wohltuende Salben an, und gestalten ein eigenes kleines Rezeptbüchlein mit Tintenhörnchen und Feder. Eine deftige mittelalterliche Suppe und knuspriges Fladenbrot stärken uns.
Bitte mitbringen: Taschenmesser, Lederbänder, Lederreste für kleine Beutel, ca. fünf kleine Dosen oder Gläser für Salben und Farben, evtl. etwas Wurzelgemüse für die Suppe. Materialgeld, ca. € 4.– pro Person, werden im Kurs ab gerechnet.

EO 5952 G – Familienwerkstatt – Grünwald
Ursula Quack M.A. · Treffpunkt: Burg Grünwald · Zeillerstr. 3 · so 11.00 bis 16.00 Uhr (mit Pause) · 11.9.2011 · € 16.– · Kinder € 10.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erforderlich · 16 Plätze

Werkstatt der Kulturen
im Staatlichen Museum für Völkerkunde
Maximilianstraße 42 · U4/5 Lehel · S-Bahn Isartor · Tram 19, 17
Treffpunkt: Kasse
In der Werkstatt der Kulturen unternehmen wir eine kreative Reise in ferne Länder, zu fremden Völkern: Mythen, Märchen, Geschichten, Musik hören – malen – werken – forschen – entdecken – schmücken.

Ein Besuch im Orient
Für Kinder ab fünf Jahren mit ihren Eltern oder Großeltern
Auf unserem Streifzug durch die Orient-Abteilung gibt es einiges zur arabischen Kultur zu entdecken. Wir erfahren viel über Sitten und Gebräuche, über die arabische Schrift und über das Alltagsleben von Kindern. Dafür stehen uns viele Gegenstände zur Verfügung, die wir anfassen und ausprobieren können. Auch ein Märchen führt uns in die orientalische Welt und während einer kleinen Schnupperausstellung weht uns ein Hauch von Orient um die Nase. Zum Abschluss fertigen wir eine Fliese an, wie man sie auch in der Ausstellung sehen kann.
Bitte mitbringen: Materialgeld € 1.50 pro Person

EM 5966 E – Zwergerlwerkstatt – Innenstadt
Liane Apel M.A. · Völkerkundemuseum · Maximilianstr. 42 · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 25.9.2011 · € 10.– · Kinder € 7.– · Zuzüglich Eintritt € 1.– für Erwachsene · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Reisevorträge

Sankt Petersburg
Zar Peter der Große hatte nach seinem Sieg über die Schweden ein soeben erobertes Sumpfgebiet an der Newa zum Bauplatz seiner neuen Hauptstadt erkoren. Eine große Schar ausländischer Ingenieure und Künstler verwirklichte Peters Traum von einer europäischen Hauptstadt. „Fenster zum Westen" sollte St. Petersburg sein, Symbol der Öffnung des rückständigen Zarenreiches gegenüber dem Fortschritt. Im 19. Jahrhundert war es bereits selbstverständlich, die elegante Hauptstadt des russischen Reiches in einem Atemzug mit Paris, Wien und Rom zu nennen. Zu den vielen Schönheiten von Sankt Petersburg gehören auch die umliegenden Schlösser Peterhof, Puschkin (Zarskoje Selo) und Pavlovsk.

EG 5122 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Michael Petery · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 29.9.2011 · € 6.–

Bulgarien – eine Reise ins Land der Gegensätze
Alt und neu, arm und reich – viele Gegensätze prägen Bulgariens Erscheinungsbild und machen das Land einzigartig und abwechslungsreich. Ob Sie die reizvolle Schwarzmeerküste besuchen, durch die sanften Hügel des Balkangebirges wandern oder sich die steilen Skipisten von Rila und Pirin vornehmen – Sie werden sich nicht nur vom schier unerschöpflichen Reichtum der Naturwunder angezogen fühlen, sondern auch von den überall spürbaren Zeichen einer glorreichen Vergangenheit. Drei Reiche und ihre vier Hauptstädte werden im Fokus des Vortrags stehen.

EG 5164 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Luba Karabadjakova · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 13.9.2011 · € 6.–

Zu Fuß auf dem spanischen Jakobsweg
Der über 1000 Jahre alte, 800 km lange Pilgerweg, der von der französisch-spanischen Grenze bis nach Santiago de Compostela im westlichsten Europa reicht, erlebt seit den achtziger Jahren des 20. Jahrhunderts eine Renaissance. Wir folgen ihm von den Hängen der Pyrenäen, durch die Ebenen der Meseta, die Berge von León und den Regen und die Dörfer Galiziens. Dabei betrachten wir vielfältige Landschaften, kleine Dinge am Wegesrand und die zahlreichen – oft mit Legenden verknüpften – Sehenswürdigkeiten, wie sie die mittelalterlichen Pilger schon gesehen haben.

EG 5184 E – Diavortrag – Innenstadt
Dr. Klaus Dürrich · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 21.9.2011 · € 6.–

Kreta – Begegnung mit Europas südlichster Insel
Der Sage nach brachte Zeus die phönizische Königstochter Europa nach Kreta. Auch die weitere Geschichte Kretas ist äußerst bewegt: Byzantiner, Venetianer und Türken beherrschten die Insel und prägten sie mit ihren Bauten.
Wer heute Kreta bereist, wird allerorts den Spuren dieser Geschichte begegnen.
Michael Petery möchte Sie dazu begeistern, auch wenig bekannte Spuren zu verfolgen: uralte Bergstraßen der Antike, abgelegene Heiligtümer, versteckte byzantinische Kirchen mit wunderbaren Fresken, Baudenkmäler der osmanischen Zeit und Zeugnisse der jüdischen Geschichte auf der Insel. Und natürlich soll auch die Begegnung mit der einmalig schönen Bergwelt Kretas nicht fehlen, die das Herz jedes Bergsteigers höher schlagen lässt.

EG 5244 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Michael Petery · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 27.9.2011 · € 6.–

Faszination Südafrika
Südafrika ist als prosperierende Industrienation Afrikas Hoffnungsträger für den ganzen Kontinent. Die Fußball-Weltmeisterschaft 2010 auszurichten war ein riesiger Kraftakt, aber auch Anlass zu Stolz und Freude. Endlich wurde man in der Welt anerkannt und konnte das fröhliche, südafrikanische Lebensgefühl, das warmherzige Miteinander „Ubuntu" zeigen und beweisen, dass Südafrika ein viel lebenswerterer Platz ist, als man hier oft denkt.
Der Vortrag zeigt die ungeheuere Vielfalt der Landschaften am Kap sowie der Kulturen der Regenbogennation und vermittelt Eindrücke von der rasanten Entwicklung.

EG 5286 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Dr. Heidi Kölbel-Deicke · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 14.9.2011 · € 6.–

Foto: © Dr. Heidi Kölbel-Deicke

Faszination Orient:
Syrien zwischen Mittelmeer und Euphrat
Wussten Sie, dass in Ugarit im 15. Jh. v. Chr. der Vorläufer unseres Alphabets erfunden wurde? Dass seit Apostel Paulus das Christentum in Damaskus seinen festen Platz hat und dass Armenier, Aleviten, Sunniten und Schiiten seit Urzeiten in Aleppo miteinander leben? Entsprechend vielfältig ist die heutige Gesellschaft. Eine ungewöhnliche Fülle antiker und frühchristlicher Denkmäler, prächtige Moscheen und Medresen, sowie urtümliche Souks warten darauf, entdeckt zu werden. Auf der imposanten Kreuzfahrerfestung Krak des Chevaliers tauchen wir ein in die Zeit von Richard Löwenherz und in der Wüstenstadt Palmyra in die römische Antike. Wir laden Sie ein, an unserer Reise durch Vergangenheit und Gegenwart teilzunehmen.

EG 5290 E – Diavortrag – Innenstadt
Doris Behr M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 1.9.2011 · € 6.–

Oman: Juwel unter der arabischen Sonne
Das Sultanat ist ein Juwel für Kulturbegeisterte und Sinnsuchende und ein Eldorado für Wanderer und Trekker jeden Alters. Oman ist kein Massenreiseland. Und das, obwohl das Sultanat am indischen Ozean mit einer Vielzahl fantastischer und zum Teil einzigartiger Urlandschaften und Naturschönheiten sowie prähistorischer und kultureller Zeugnisse und Schätze aufwarten kann. Horst Münzinger, der den inneren Oman mehrmals mit Geländewagen durchreiste und zu Fuß tagelang durchwanderte, belegt mit dieser Fotodokumentation, warum Kultur- und Geschichtsinteressierte hier auf ihre Kosten kommen. Ebenso die Naturliebhaber, Wanderer und Trekker, für die sich im Hajar-Gebirge mit seinen wildromantischen Wadis, dem atemberaubenden omanischen Grand Canyon und einer Tour auf den 3000 Meter hohen Jabel James ein Paradies eröffnet.

EG 5304 E – Diavortrag – Innenstadt
Horst Münzinger · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 20.9.2011 · € 7.–

Armenien – am Kreuzungspunkt zwischen Europa und Asien
Zwischen Hochgebirgen, fruchtbaren Ebenen und wüstenartigen Regionen weit im Osten im Kaukasusgebiet und dennoch kulturell engstens mit dem Westen verbunden, liegt Armenien, eines der ältesten christlichen Länder überhaupt. Wir führen Sie auf dieser Bilderreise zu beeindruckenden mittelalterlichen Kirchen und Klöstern, antiken Denkmälern und natürlich zum Ararat, dem mythischen Berg an der Grenze zwischen Armenien und der Türkei. Auch widmen wir uns einem modernen, aufstrebenden Land, das sich nach dem Zerfall der Sowjetunion auf einen neuen Weg begibt.

EG 5311 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Doris Behr M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 6.9.2011 · € 6.–

Korea – „Land der Morgenstille"
Die koreanische Dozentin wird anhand von ausgesuchten Filmen ein über 5000 Jahre altes Korea vorstellen, das für eine faszinierende Verbindung aus Tradition und Moderne steht. Den Reisenden erwarten eindrucksvolle Landschaften und eine reiche kulturelle Vergangenheit mit 25 UNESCO-Weltkulturerbe-Denkmälern. Man findet sie von der Millionenmetropole Seoul bis hin zur antiken Hauptstadt Gyongju, das sogenannte Museum ohne Mauer. Auch die Küche sucht ihresgleichen in der Welt.

EG 5322 E – Vortrag mit Filmvorführung – Innenstadt
Jung-Ja Holm · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 2.9.2011 · € 6.–

„Sawadee krap" Thailand – ein Reisebericht
Thailand wartet mit buddhistischen Kulturschätzen und facettenreichen Landschaften auf. Wir begegnen dem pulsierenden Bangkok sowie Chiang Mai, dem Tor zu den nördlichen Bergregionen mit seinen kulturellen Minderheiten. Wir besuchen den früheren, glanzvollen Regierungssitz Ayutthaya, radeln durch die erste Hauptstadt Sukhothai, laufen durch tropische Regenwälder, reiten auf Elefanten durch Flüsse, durchstreifen mit dem Zug die Reisfelder und erleben überall die außergewöhnliche Gastfreundschaft der Einheimischen.

EG 5336 E – Diavortrag – Innenstadt
Mario Hecktor · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 22.9.2011 · € 6.–

Brasilien
Brasilien ist nicht nur Samba, Fußball und Rio de Janeiro. Brasilien ist viel mehr. Das fünftgrößte Land der Erde nimmt beinahe die Hälfte der Fläche Südamerikas ein. Es ist abwechslungsreich und hat eine sagenhafte Vielfalt an Tieren, Pflanzen und Landschaften. Entdecken Sie das Heimatland der Referentin. Sie präsentiert Geschichte, Natur, Bevölkerung, Kultur und versorgt Sie mit interessanten und wichtigen Informationen.

EG 5365 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Alexandra Cuevas · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 20.00 bis 21.30 Uhr · 20.9.2011 · € 6.–

Argentinien
Tango, Evita, Maradona und Feuerland
Argentinien hat den Reisenden viel zu bieten: die unterschiedlichsten Landschaften und die Millionenmetropole Buenos Aires, die einer europäischen Hauptstadt gleicht, den kargen Norden, der das typische Bild Südamerikas repräsentiert und den kalten Süden, der fast bis zum Südpol reicht. Und was wäre Argentinien ohne seine vielfältige Musik? Erfahren Sie mehr über Land und Leute und genießen Sie landestypische Live-Musik.

EG 5372 E – Diavortrag mit Livemusik – Innenstadt
Ramón Piñera/Daniela Piñera de Leupold · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 20.00 bis 21.30 Uhr · 22.9.2011 · € 7.–

Uruguay, das unentdeckte Land
Ein Kilo Steak zum Mittagessen? Zwei Stunden Siesta am Tag? Alles locker zu schaffen, wenn man in Uruguay ist! Dieses kleine südamerikanische Land bietet eine Mischung aus grüner Natur, weiten Stränden und imposanten Gebäuden. Seine Hauptstadt gleicht einem architektonischen Museum, das einen Eindruck vom ehemaligen Reichtum des Landes vermittelt. Im Gegensatz dazu eröffnet das Hinterland ein Gefühl der Freiheit und Unendlichkeit. Entdecken Sie auf einer Bilderreise das Heimatland der Referentin und lassen Sie sich von live gespielter Musik verzaubern.

EG 5373 E – Diavortrag mit Livemusik – Innenstadt
Ramón Piñera/Daniela Piñera de Leupold · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 30.9.2011 · € 7.–

Senioren Volkshochschule

Radeln in allen Lebenslagen: von München bis Rügen
Mit 70 Jahren radelte die Münchnerin gemeinsam mit ihrem Dackel „Sauser" von München nach Rügen – trotz irreparabler Hüftprobleme! Mit Hilfe eines Dreirades mit Elektromotor-Unterstützung hat sie ihre Bewegungsfreiheit und damit viel Freude am Leben und der Bewegung wieder gewonnen. Jeder kann das Rad als bequemes Fortbewegungsmittel nutzen und sich damit fit halten! Die rüstige Rentnerin möchte ein Beispiel für klimafreundliche Mobilität geben, zur Verbesserung einer barrierefreien Infrastruktur beitragen und zeigen, dass ein Ziel auch mit geringerem Tempo, dafür aber mit mehr menschlichen Begegnungen und Zeit für die kulturellen Kostbarkeiten am Wegesrand erreichbar ist. Es erwartet Sie ein spannender Reise(bilder)bericht der besonderen Art.

EG 5390 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Gunda Krauss · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 15.9.2011 · € 6.–

Urlaub im Kloster – eine Auszeit für Körper und Geist
Wellness, asiatische Heilmedizin oder Kochkurse – Klöster etablieren sich als Urlaubsorte für ganzheitliche Erholung und begeistern mit ihren vielfältigen Angeboten immer mehr Menschen für Klosteraufenthalte auf Zeit. Hinter ehrwürdigen Mauern erwarten die Besucher besinnliche, meditative oder auch aktive und lehrreiche Stunden und interessante Einblicke in eine sonst verborgene Welt.
Begleiten Sie uns auf einer Klostertour durch Deutschland und erfahren Sie, welche Angebote die Klöster für ihre Gäste bereithalten. Sie werden sehen, Urlaub im Kloster ist etwas ganz Besonderes – für Jung und Alt, Männer und Frauen – und manchmal ganz nah!

EN 5398 E – Digitale Bildpräsentation – Am Hart
Aline Sommer · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 13.9.2011 · € 6.– · 18 Plätze

Sanfter Tourismus, nachhaltig Reisen
Was verbirgt sich hinter den Begriffen?
Der Jahresurlaub und mehrere Kurzreisen sind seit langem fester Bestandteil unseres Freizeitverhaltens. Mit zunehmendem Wohlstand steigt die Reisefreude in allen Industrieländern. Weiter, exotischer, individueller … weiße Flecken auf der Landkarte werden innerhalb weniger Jahre zu Destinationen. Ist der Tourismus wirklich immer ein Segen für Entwicklungsländer? Ist das Verreisen so positiv wie es uns die Kataloge der Reiseveranstalter suggerieren?

EG 5399 E – Digitale Bildpräsentation – Innenstadt
Aline Sommer · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 28.9.2011 · € 6.–

Studienreisen

Städtereisen, Kulturlandschaften, aktuelle Ausstellungen

Erleben Sie informative Städtereisen, historische Kulturlandschaften und aktuelle Ausstellungen mit der Münchner Volkshochschule! Unsere engagierten, kompetenten Studienreiseleiter/innen begleiten Sie ab/bis München. Sie haben die Reise inhaltlich vorbereitet und stimmen Sie vor der Abreise mit einem Vortrag auf das Thema der Studienreise ein. Mit ihrer Organisation, ihren Erläuterungen, Tipps und Informationen machen sie die Studienreisen zu einem besonderen Erlebnis. Die Studienreisen finden in enger Kooperation mit Reiseveranstaltern statt, die bei der Auswahl der Hotels, der Verkehrsmittel und Kartenreservierung auf Komfort und Bequemlichkeit Wert gelegt haben. Die Eintritte der ausgeschriebenen Reiseverläufe sind in der Regel im Reisepreis enthalten.
Haben Sie Fragen zum Inhalt oder zum organisatorischen Ablauf der Reisen? – Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Telefon (089) 44 47 80-10/51
regina.wagner-gebhard@mvhs.de
www.mvhs.de/unterwegs

Zeichenerklärung:
AE = Abendessen
DZ = Doppelzimmer
EZ = Einzelzimmer
F = Frühstück
HP = Halbpension
ME = Mittagessen
TN = Teilnehmer
Ü = Übernachtung

Schatzkammer Tessin
19. bis 24. Juli 2011
Ob mondänes Leben in Lugano oder Locarno, kulturgeschichtliche Highlights in Giornico oder Riva San Vitale, das Burgenensemble von Bellinzona oder die moderne Architektur von Mario Botta – der kleine Kanton Tessin in der italienischsprachigen Südschweiz hat eine Menge zu bieten.

Di, 19. Juli:
Busabfahrt München 8.30 Uhr via San-Bernardino-Tunnel mit Stopp im reizvollen Mesocco nach Bellinzona, der Kantonhauptstadt des Tessin. Besuch der Altstadt mit Castelgrande (UNESCO-Weltkulturerbe), wo die bewegte Vergangenheit der Stadt museal zum Leben erweckt wird. Weiterfahrt nach Ascona am Lago Maggiore zum Standorthotel ****Sasso Boretto mit AE/Ü.

Mi, 20. Juli:
Besichtigung von Ascona mit Besuch der modernen Kunstgalerie, wo überwiegend Werke der Klassischen Moderne zu bestaunen sind. Fahrt ins Valle Maggia nach Cevio mit netter Altstadt. Weiter mit einem Kleinbus nach Mogno im Val Lavizzara, wo Mario Botta einen spektakulären Kirchenbau konzipierte. Rückfahrt nach Ascona mit AE/Ü.

Do, 21. Juli:
Busfahrt nach Locarno, der „Perle des Lago Maggiore" mit reizender Uferpromenade und historischer Altstadt sowie der Wallfahrtskirche Madonna del Sasso als Wahrzeichen hoch über der Stadt. Nachmittags Fahrt ins Verzascatal vorbei an Corippo nach Lavertezzo mit doppelbogiger mittelalterlicher Brücke und einem eindrucksvollen Kunstpfad zwischen Fluss und Wald. Rückfahrt nach Ascona mit AE/Ü.

Fr, 22. Juli:
Ausflug nach Lugano: Spaziergang durch die Altstadt zum Parco Civico und der Kirche San Rocco sowie Besichtigung der Fresken von Luini in der Renaissance-Kirche Sta. Maria degli Angioli. Modern ist dagegen der Bau der Gottardo-Bank von Mario Botta.
Nachmittags schauen wir in Montagnola, dem Wirkungsort Hermann Hesses, vorbei und besuchen sein Wohnhaus mit dem Museum für den Schriftsteller von „Siddharta" und „Steppenwolf". AE/Ü in Ascona.

Sa, 23. Juli:
Busfahrt zum ältesten Sakralbau der Schweiz in Riva San Vitale. Das frühchristliche Baptisterium (5./6. Jahrhundert) birgt Freskenreste aus der Hochromanik. In Stabio steht Mario Bottas berühmte Casa Rotonda (1980/81 – Außenbau; nicht zu besichtigen, da in Privatbesitz). Über Morcote, einem traumhaften alten Dorf am See, geht es zurück nach Ascona. Nachmittags frei, z. B. für einen Schiffsausflug auf dem Schweizer Teil des Lago Maggiore. AE/Ü in Ascona.

So, 24. Juli:
Busfahrt zu zwei Höhepunkten romanischer Baukunst in Biasca mit der Kirche Peter und Paul sowie in Giornico mit sogar sieben Kirchen, von denen San Nicolao die berühmteste ist. Rückfahrt via Gotthardtunnel nach München mit Rückkunft ca. 20.00 Uhr.

Leistungen:
5 x Ü in Zimmern mit Bad oder Dusche/WC, Frühstücksbüffet und HP im ****Hotel Sasso Boretto, Busfahrt und Führungen inkl. Eintritte lt. Programm, Reisepreissicherungsschein, Reiserücktrittskostenversicherung, Studienreiseleitung ab/bis München.

EW 5444 – Busstudienreise
Studienreiseleitung: Reinhard Strüber · 19.7. bis 24.7.2011 · Reiseveranstalter: Reisen und Bildung GmbH · Anmeldung im Fachgebiet, Telefon (089) 44 47 80-10/51 oder E-Mail regina.wagner-gebhard@mvhs.de · Bezahlung beim Veranstalter · Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters · Reisepreis im DZ: € 1129.– (TN 15–25) · EZ-Zuschlag: € 130.– · Anmeldeschluss: 3.6.2011, danach auf Anfrage · Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl kann der Veranstalter bis spätestens 3.6.2011 vom Reisevertrag zurücktreten.

Foto: © Evy Löbl

Kunststadt Paris
27. bis 30. August 2011
Lernen Sie die herrliche Stadt Paris mit ihren großartigen Monumenten und Kunstschätzen kennen. Eine abendliche Lichterfahrt auf der Seine zeigt Ihnen die romantische Seite der Stadt. Der Hochgeschwindigkeitszug TGV bringt Sie bequem ans Ziel.

Sa, 27. August:
6.20 Uhr Abfahrt München Hauptbahnhof mit dem TGV nach Paris Est, Ankunft 12.34 Uhr (Dauer 6 Std., 15 Min.). Bezug des Hotels. Spaziergang von den ehemaligen Hallen zum Palais Royal, vorbei am Louvre mit der modernen Glaspyramide und dem Arc du Caroussel in die Tuilerien-Gärten bis zur Place de la Concorde und der Orangerie. Entlang der Seine mit dem Musée d'Orsay und den Ständen der Bouquinisten geht es dann ins Quartier Latin, Gelegenheit zu gemeinsamem Abendessen. Ü im Hotel ***Hotel All Seasons Paris Gare de l'Est Château Landon.

So, 28. August:
Vormittags Spaziergang über die Insel St. Louis vorbei an Blumenmarkt, Justizpalast, St. Chapelle und Conciergerie auf die Insel La Cité. Außenbesichtigung der Kathedrale Notre Dame und anschließend Gelegenheit zu Innenbesichtigung und Kaffeepause. Besuch des Musée d'Orsay mit bedeutender Sammlung impressionistischer Malerei von Monet bis Lautrec. Danach können Sie den Museumsbesuch vertiefen oder haben den Rest des Nachmittags zur freien Verfügung, z. B. für Besuch des Rodin-Museums oder des Mittelaltermuseums in den Thermen von Cluny mit der berühmten Teppichserie der „Dame mit dem Einhorn". Abends Seine-Lichterfahrt auf einem Batteau Mouche und anschließend Spaziergang über die Prachtstraße der Champs-Elysees.

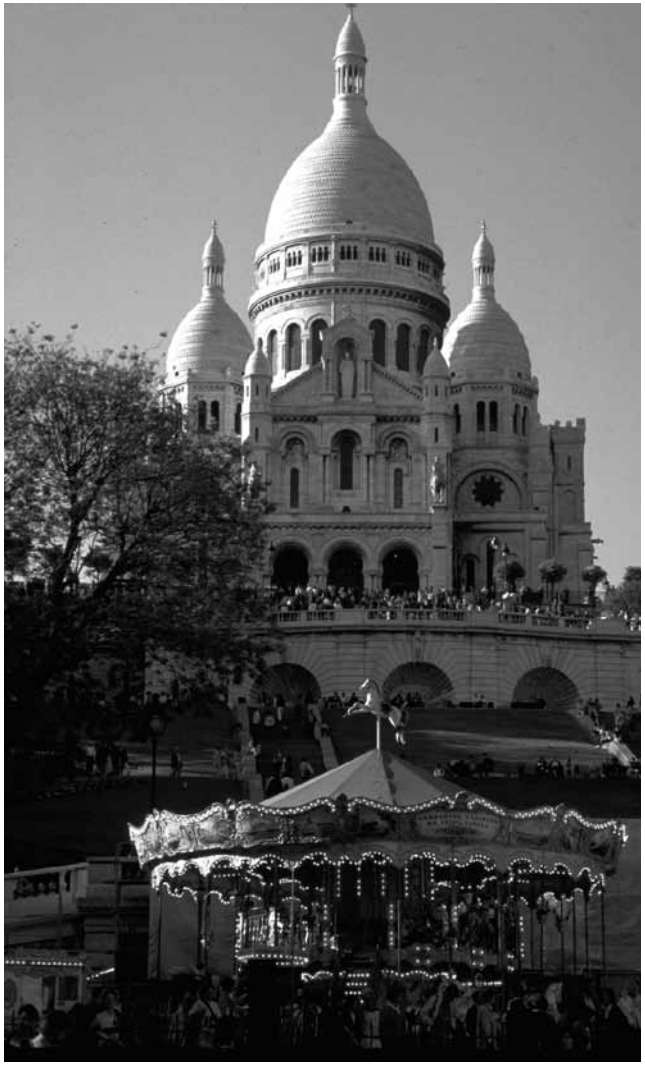

Foto: © La Cordee Reisen

Mo, 29. August:
Vormittags Führung im Louvre mit Besichtigung ausgewählter Werke verschiedener Abteilungen, z. B. der italienischen Malerei mit der berühmten Mona Lisa oder der antiken Altertümer wie der Nike von Samothrake und der Venus von Milo. Nachmittag frei, z. B. Gelegenheit zu einer Stadtrundfahrt vorbei an allen wichtigen Sehenswürdigkeiten. Am Abend unternehmen wir einen Spaziergang zum Künstlerviertel Montmartre mit Außenbesichtigung der Kirche Sacré-Cœur und Gelegenheit zu gemeinsamem Abendessen.

Di, 30. August:
Spaziergang bei den ehemaligen Hallen zum Centre Pompidou mit Brunnen von Niki de Saint Phalle und durch das elegante Marais-Viertel bis zur Place de la Bastille mit der modernen Oper. Rückfahrt von Paris nach München.
Studienreise in Kooperation mit dem Fachgebiet Französisch der MVHS.

Leistungen:
Fahrt mit dem TGV München – Paris und zurück, Ü/Frühstücksbuffet im ***Hotel All Seasons Paris Gare de l'Est Château Landon, sämtliche Eintritte, Metrofahrten und Führungen lt. Programm, Schifffahrt auf der Seine, Reiserücktrittskostenversicherung, Reisepreissicherungsschein, Studienreiseleitung ab/bis München. Änderungen vorbehalten.

EO 5446 – Bahnstudienreise
Studienreiseleitung: Dr. Marie-Louise Schmeer-Sturm, Kunsthistorikerin · 27.8. bis 30.8.2011 · Reiseveranstalter: Reisen und Bildung GmbH · Anmeldung im Fachgebiet, Telefon (089) 44478 0-10/51 oder E-Mail regina.wagner-gebhard@mvhs.de · Bezahlung beim Veranstalter · Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters · Reisepreis im DZ: € 689.– (TN 15–25) · EZ-Zuschlag: € 115.– · Anmeldeschluss: 15.7.2011, danach auf Anfrage · Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl kann der Veranstalter bis spätestens 15.7.2011 vom Reisevertrag zurücktreten.

Foto: © La Cordee Reisen

Moseltal mit Trier und Luxembourg
30. September bis 3. Oktober 2011
Burgen auf Talhängen, kleine Städte und schmucke Weindörfer begleiten den gewundenen Mosellauf. In Kues gegenüber Bernkastel kam Nikolaus Cusanus auf die Welt und in Cochem wirkte der Kapuzinerprediger Martin von Cochem. Im Seitental der Eltz liegt Burg Eltz als pittoreske mittelalterliche Wehranlage. Trier gilt als älteste Stadt Deutschlands mit imposanten Römerbauten, die zum Welterbe der UNESCO gehören. Luxembourg ist nicht nur ein wichtiges europäisches Verwaltungszentrum, sondern eine alte Festungsstadt mit Kathedrale, hübschen Gassen und Plätzen.

Fr, 30. September:
7.00 Uhr Busabfahrt München Hauptbahnhof via Augsburg – Ulm – Neustadt/Weinstraße – Kaiserlautern nach Trier. Nachmittags Besichtigungen in Trier: Hauptmarkt, romanisch-gotischer Dom, Liebfrauenkirche, Bischöfliches Museum. AE/Ü im ****Superior Hotel Park Plaza Trier.

Sa, 1. Oktober:
Vormittags Rundgang zu den römischen Monumentalbauten wie Palastaula und Kaiserthermen sowie Führung durch die hervorragenden Sammlungen des Rheinischen Landesmuseums von der Antike bis zum Mittelalter.
Nachmittags Fahrt nach Bernkastel-Kues mit Besuch des spätgotischen St.-Nikolaus-Hospitals, einer Stiftung des Nikolaus Cusanus. Rückfahrt entlang der Mosel via Piesport, Trittenheim und Mehring nach Trier mit AE/Ü

So, 2. Oktober:
Fahrt nach Luxembourg mit Rundgang durch die Altstadt: Kathedrale, Großherzogliches Schloss, Befestigungen. Nachmittags Fahrt zur Römervilla bei Nennig und mit Halt an der Igeler Säule zurück nach Trier. AE/Ü

Mo, 3. Oktober:
Fahrt entlang des Moseltals von Traben-Trabach bis Cochem und weiter ins Eltztal mit Besichtigung einer der schönsten unversehrten mittelalterlichen Burgen Deutschlands: Burg Eltz. Rückfahrt via Autobahn ab Emmelshausen/Hunsrück über Alzey – Worms – Neustadt/Weinstraße nach München Hauptbahnhof, Rückkunft ca. 21.00 Uhr.

Leistungen:
3 x Ü in Zimmern mit Bad oder Dusche/WC, Frühstücksbüffet und HP im ****Hotel Park Plaza in Trier, Busfahrt und Führungen inklusive Eintritte lt. Programm, Reisepreissicherungsschein, Reiserücktrittskostenversicherung

EO 5448 – Busstudienreise
Studienreiseleitung: Reinhard Strüber · 30.9. bis 3.10.2011 · Reiseveranstalter: Reisen und Bildung GmbH · Anmeldung im Fachgebiet, Telefon (089) 44 47 80-10/51 oder E-Mail regina.wagner-gebhard@mvhs.de · Bezahlung beim Veranstalter · Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters · Reisepreis im DZ: € 745.– (TN 13–25) · EZ-Zuschlag: € 90.– · Anmeldeschluss: 30.7.2011, danach auf Anfrage · Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl kann der Veranstalter bis spätestens 30.7.2011 vom Reisevertrag zurücktreten.

Foto: © Behringer Touristik

Studienreisen mit der Münchner Volkshochschule

Erleben Sie informative Städtereisen, historische Kulturlandschaften und aktuelle Ausstellungen mit der Münchner Volkshochschule! Für Ihre persönliche Betreuung ist bereits ab München gesorgt. Die Studienreiseleitung erwartet Sie am Abreisetag am Gruppentreffpunkt. Mit langjähriger Reiseerfahrung, Organisationstalent, fachspezifischen Erläuterungen, persönlichen Tipps und Informationen macht er/sie die Studienreise zu einem einzigartigen Erlebnis.
Zur Reisevorbereitung empfehlen wir Ihnen themenspezifische Seminare oder Vorträge, die wenn möglich von unseren Studienreiseleitungen persönlich durchgeführt werden. Während dieser Veranstaltungen können Sie erste Kontakte zu den Mitreisenden knüpfen. Bei einigen Reisen bietet sich ein Sprachkurs als ideale Ergänzung der persönlichen Reisevorbereitung an. Auch eine Nachbereitung der Studienreise im Rahmen des Unterrichtsprogramms der Münchner Volkshochschule ist möglich.
Weitere Informationen erhalten Sie unter www.mvhs.de/unterwegs oder unter Telefon (089) 44478 0-10/51.

Vorschau 2011/2012

Kunststudienreise Rom
29. Oktober bis 2. November 2011

Karneval in Venedig: Masken, Lagune und Thermen
15. bis 19. Februar 2012

Auf den Spuren von Martin Luther und Thomas Münzer
17. bis 20. Mai 2012

Oslo und Bergen
Auf den Spuren von Wikingern und Hanseaten
26. bis 30. Juni 2012

Kunststadt Paris
29. August bis 1. September 2012

Kassel – dOCUMENTA (13)
20. bis 21. Juli 2012

Dublin
Eine Städtereise der besonderen Art
5. bis 9. September 2012

Zwischen Österreich und Böhmen
Auf den Spuren von Adalbert Stifter
20. bis 23. September 2012

Städtereise Lissabon
27. bis 30. September 2012

Weinwanderreise nach Südtirol
3. bis 8. Oktober 2012

Flugstudienreise: Istanbul
10. bis 14. Oktober 2012

Andalusien – Spaniens sinnlicher Süden
27. Oktober bis 1. November 2012

Politische Studienreisen

Galizien – das verschollene Herz Europas
September 2011
Galizien, das einstige habsburgische Kronland der vielen Völker, Sprachen, Kulturen und Konfessionen, ist von der Landkarte verschwunden. Die alte Vielvölkerwelt ist im Zweiten Weltkrieg untergegangen; durch das geografische Zentrum Europas verläuft heute die EU-Außengrenze zwischen Polen und der Ukraine. Und doch sind zwischen Lemberg, Czernowitz und Zamość galizische Traditionen lebendig, ist der Herzschlag des „alten" und vielleicht „neuen" Europas spürbar. Die Studienreise erkundet Vergangenheit und Gegenwart des „Mythos Galizien". Die Spuren der jahrhundertealten multikulturellen Verflechtung – des wechselvollen Mit-, Neben-, oder Gegeneinanders von Polen, Ukrainern, Juden, Deutschen, Armeniern, Rumänen, Ungarn, Zigeunern und weiteren – finden wir nicht nur in materieller, sondern auch in literarischer Form, in dieser „Gegend, in der einmal Menschen und Bücher lebten" (Paul Celan). So ermöglichen uns Gespräche mit Persönlichkeiten des kulturellen und politischen Lebens auch Einblicke in das polnisch-ukrainische „Jetzt", den Umgang mit dem galizischen Erbe heute und die Suche nach einer „europäischen" Identität.

1. Tag: Direktflug nach Lemberg
Anreise mit dem Flugzeug von München nach Lemberg. Erste Erkundungen der galizischen Metropole. 2 Ü/F in Lemberg.

2. Tag: Lemberg
Führungen durch Lemberg, das „Florenz des Ostens" (UNESCO-Weltkulturerbe), Gespräche zur aktuellen (politischen) Lage.

3. Tag: Lemberg – Brody – Czernowitz
Weiterreise mit dem Bus nach Czernowitz mit Aufenthalten in der ehemals jüdischen Bürgerstadt Brody (Geburtsort von Joseph Roth), und Butschatsch (dem jüdischen Schtetl entstammten Samuel Agnon und Simon Wiesenthal).
2 Ü/F in Czernowitz.

4.Tag: Czernowitz
Literarisch-historische Führung durch das „Babylon am Pruth" (Paul Celan, Rose Ausländer, Gregor Rezzori, Josef Burg).

5. Tag: Czernowitz – Jaremtsche – Stanislau
Weiterreise nach Stanislau (Ivano-Frankiwsk) mit Halt in: Zablotow (Sabolotiw), dem Schtetl Manes Sperbers, und in Jaremtsche, der „Perle der Karpaten", im Minderheitengebiet der halbnomadischen Huzulen. Am Abend Dichterlesung mit Halyna Petrosaniak. Ü/F in Stanislau.

Foto: © Anna Barnsteiner

6. Tag: Stanislau – Drohobytsch – Zamość
Weiterfahrt in das Karpatenvorland nach Drohobytsch, Lebensort von Bruno Schulz, dem „galizischen Kafka". Gespräch mit einem Schüler von Bruno Schulz. Zwischenstopp in Dornfeld (Ternopillja), einst als Dorf für schwäbische Siedler angelegt. Am Nachmittag Ankunft in Zamość (PL), dem „Padua des Nordens" (UNESCO-Weltkulturerbe), errichtet als Idealstadt im Stil der italienischen Renaissance. (Hochburg der jüdischen Aufklärung (Haskala) und Geburtsstadt Rosa Luxemburgs). Ü/F in Zamość.

7. Tag: Zamość – Przemysl – Lemberg
Stadtführung in Zamość. Auf der Rückreise nach Lemberg Zwischenhalt und Stadtführung in der alten Festungsstadt Przemysl (PL) und in Grodek (Horodok). Ü/F in Lemberg.

8. Tag: Lemberg – München
Zeit zur freien Verfügung in Lemberg.
Rückflug nach München.

Programmänderungen vorbehalten.
Bitte fordern Sie das detaillierte Reiseprogramm an!
Telefon (089) 72 10 06-31 oder anna.barnsteiner@mvhs.de.

Leistungen:
7 x Ü/HP mit Du oder Bad/WC in guten Mittelklassehotels (*** und ****), Linienflug München-Lemberg-München, Fahrt in modernem Reisebus, Führungen und Eintritte lt. Programm, Studienreiseleitung ab/bis München, örtliche Reiseleitung, Reiserücktrittskostenversicherung, Reisepreissicherungsschein.
Anmeldeschluss: 26. Mai 2011, danach auf Anfrage.

BM 385 – Studienreise
Studienreiseleitung: Dr. Peter Dorsch · 1.9. bis 8.9.2011 · Reiseveranstalter: KB-Reisedienst GmbH · Anmeldung im Fachgebiet Politik & Gesellschaft, Telefon (089) 72 10 06-31 oder anna.barnsteiner.mvhs.de · Bezahlung beim Veranstalter · Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters · Reisepreis DZ: € 1349.– · EZ-Zuschlag: € 175.– · Mindestteilnehmerzahl: 15

Der Reiseveranstalter behält sich vor, die Reise bis 21 Tage vor Reiseantritt abzusagen, sollte die genannte Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden.

Die „Bonner Republik“
Eine Reise ins Herz der alten Bundesrepublik
3. bis 8. Oktober 2011

Vor 20 Jahren, im Sommer 1991, fasste der Deutsche Bundestag den Beschluss, seinen Sitz von Bonn nach Berlin zu verlegen. Acht Jahre später, 1999, endeten mit dem Umzug von Regierung und Parlament jene 50 Jahre, die rückblickend gerne auch als „Bonner Republik“ bezeichnet werden. Diese Reise führt uns ins Herz der „Alten Bundesrepublik“: nach Bonn, Köln und Frankfurt am Main – drei Städte, die exemplarisch für diese Zeit, aber auch für all das stehen, was Deutschland heute ausmacht: Bundesrepublik, Föderalismus, Westbindung, rheinischer Kapitalismus, soziale Marktwirtschaft (Bonn); rheinischer Frohsinn, Klüngel, Kunst (Köln); Paulskirche, Demokratie, Banken, Euro, Integration (Frankfurt). Der Weg von Bonn nach Frankfurt führt uns durch das romantische Mittelrheintal, dessen Sehenswürdigkeiten nicht zu kurz kommen sollen.

Diese Reise ist als eine deutsch-deutsche Begegnungsreise geplant. In Zusammenarbeit mit der VHS Leipzig.
Studienreiseleitung: Dr. Udo Metzinger

Foto: © mocy

Montag, 3. Oktober
Anreise mit dem ICE aus Leipzig/München nach Bonn. Nachmittags Stadtführung.

Dienstag, 4. Oktober
Vormittags Führung durch das alte Regierungsviertel. Wir werden die Villa Hammerschmidt, das Bundeskanzleramt, den „Langen Eugen“, den Plenarsaal besichtigen. Im Kanzlerbungalow erinnert eine Ausstellung mit alten Fotos und Filmen an die wechselnden Bewohner des Gebäudes, das wie vielleicht kein Zweites für die „Bonner Bescheidenheit“ steht. Am Nachmittag Begegnung und Gespräch mit einem politischen Vertreter der „Bonner Republik“.

Mittwoch, 5. Oktober
Fahrt mit dem Zug nach Köln. Vormittags Stadtführung durch Köln (Dom, Altstadt, die romanischen Kirchen, die Kunstmetropole Köln). Nachmittags Zeit zur freien Verfügung.

Donnerstag, 6. Oktober
Fahrt mit einem Reisebus durch das Rheingau und durch das berühmte Mittelrheintal (seit 2002 Unesco-Weltkulturerbe) nach Frankfurt. Es wird ausreichend Gelegenheit bestehen, das Tal, den Strom, die Orte, Burgen und Weingüter kennen zu lernen. Abends Ankunft in Frankfurt am Main. Einchecken im Hotel Maingau in Frankfurt-Sachsenhausen.

Freitag, 7. Oktober
Am Vormittag Stadtführung (Museumsufer, Römer, Paulskirche, Skyline) und Besuch der Europäischen Zentralbank. Nach der Mittagspause Führung durch das Frankfurter Bahnhofsviertel, jener Stadtteil, der eine Fundgrube an gründerzeitlicher Bausubstanz ist, der für die Multikulturalität der Stadt steht, aber auch seine Schattenseiten hat. Am frühen Abend Fahrt auf den Maintower, dessen Aussichtsplattform in 200 m Höhe eine großartige Aussicht auf „Mainhattan“ bietet. Abendessen in einer Frankfurter Apfelwein-Gaststätte (Selbstzahler).

Samstag, 8. Oktober
Vormittags Zeit zur freien Verfügung (z. B. kann das Museumsufer besucht werden, das zu den spannendsten Projekten deutscher Museumslandschaften gehört). Mittags Rückreise der Teilnehmer mit dem Zug nach Leipzig/ München.

Programmänderungen vorbehalten.

Leistungen:
5 x Ü/F mit Du oder Bad/WC, Bahnfahrten: München/Leipzig – Bonn, Frankfurt/Main – München/Leipzig, Bonn-Köln, Transfer Bonn – Frankfurt a. M. im modernen Reisebus, Führungen und Eintritte lt. Programm, Studienreiseleitung, Reiserücktrittskostenversicherung, Reisepreissicherungsschein.
Anmeldeschluss: 12. August 2011, danach auf Anfrage.

BM 389 – Studienreise
Studienreiseleitung: Dr. Udo Metzinger · 3. bis 8.10.2011 · Reiseveranstalter: KB-Reisedienst GmbH · Anmeldung im Fachgebiet, Telefon (089) 72 10 06-31 oder anna.barnsteiner@mvhs.de · Bezahlung beim Veranstalter · Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters · Reisepreis DZ: € 649.– · EZ-Zuschlag: € 200.– · Mindestteilnehmerzahl: 15
Der Reiseveranstalter behält sich vor, die Reise bis 21 Tage vor Reiseantritt abzusagen, sollte die genannte Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden.

Foto: © Norbert Leipold/PIXELIO

Sommer kreativ

Sommeratelier 2011

Das Sommeratelier der Münchner Volkshochschule ist ein künstlerisches Ferienprogramm von Juli bis September 2011. Wir haben Künstlerinnen und Künstler eingeladen, eigens dazu Themen zu konzipieren. Veranstaltungsort sind die Ateliers in der Werkhalle in der Frohschammerstraße. Hier stehen Ihnen großflächige Arbeitsbereiche zur Verfügung, zudem kann das begrünte Hofgelände in die Arbeit einbezogen werden. Eine entspannte Atmosphäre wird dem Ferien-charakter des Programms entgegenkommen; dennoch wird intensiv und inhaltlich anspruchsvoll gearbeitet.
Geeignet für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.
Telefon Anmeldung unter (089) 48006-6239.
Nähere Auskünfte erhalten Sie imFachgebiet
Bildende Kunst:
Telefon (089) 44478020/22
Telefax: (089) 44478080
E-Mail: guenter.ebert@mvhs.de
ingrid.hoehn@mvhs.de

Bildnerisches Gestalten

Die klassische Zeichnung
Der Maler und Bildhauer Enzo Arduini stellt historische/antike Gipsabgüsse aus seinem Atelierfundus zur Verfügung. Sie werden an den anspruchsvollen Motiven das präzise Wahrnehmen wesentlicher Formzusammenhänge üben, zeichnerische Grundübungen machen und dabei ein Gespür für Form und Proportion entwickeln. Die plastische Form zeichnerisch herauszuarbeiten heißt, sich mit dem Spiel von Licht und Schatten vertraut zu machen.
Bitte mitbringen: vorhandenes Zeichenmaterial, Block und Skizzenpapier ab DIN A2.

EM 6288 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Enzo Arduini · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 12 Plätze · ♿

Licht-Farbe-Natur – Malerei expressiv
Ausgangspunkt für die Malerei der finnischen Künstlerin Heidi Willberg sind häufig Blumen. Ein Thema, das dazu anregt, mit traditionellen Bildmitteln neue künstlerische Wege zu beschreiten. Gemeinsam werden Sie sich mit Fragen der Komposition, mit Farbe und Form beschäftigen. Sollte man die Arbeit mit Stichworten beschreiben, kämen folgende Begriffe: Licht und Sonne, Natur, Energie, Fläche und Linie, expressiv, fließend, gegenständlich, abstrakt.
Bitte mitbringen: eigene Malgründe (auch Leinwände) nach Wunsch, auch große Formate sind möglich; alles vorhandene Malmaterial; gut geeignet sind wegen ihrer schnellen Verarbeitbarkeit Acrylfarben.

EM 6290 – Kompaktkurs/3 Tage – Milbertshofen
Heidi Willberg · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · fr/sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 15./16./17.7.2011 · € 102.– · 12 Plätze · ♿

Stillleben heute
Interessante Stilllebeninszenierungen bis hin zur Auflösung des Bildgegenstands markieren die Eckpunkte des Seminars. Sie erhalten individuelle künstlerische Betreuung auf der Suche nach eigenständigen und zeitgemäßen bildnerischen Konzeptionen.
Bildvorträge und Diskussionen ergänzen die praktische Arbeit mit dem entsprechenden kunsthistorischen Kontext. Detaillierte Materialangaben werden vor Kursbeginn versandt.

EM 6294 – Kompaktkurs/5 Tage – Milbertshofen
Christoph Kern · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · di bis sa 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 26.7. bis 30.7.2011 · € 175.– · 14 Plätze · ♿

Licht und Farbe
Sonne, blauer Himmel, leuchtende Farben. Mit großzügiger malerischer Geste lassen wir sommerliche Stimmungen entstehen – auf großen Formaten mit viel Farbe, im Wechsel von Licht und Schatten. Der italienische Künstler Enzo Arduini wird Sie anleiten und individuelle Wege fördern. Die Bildmotive können selbst gewählt werden. Einsteiger erhalten bei Bedarf eine Unterweisung in den Grundtechniken.
Bitte mitbringen: Ölfarben, Acrylfarben, Tusche, große Pinsel, geeignete Malgründe (Leinwand, Pappe, Karton).

EM 6296 – Ferien-Kompaktkurs/5 Tage – Milbertshofen
Enzo Arduini · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · so bis do 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 31.7. bis 4.8.2011 · € 168.– · 12 Plätze · ♿

Foto: © Karin Cyron

Gegenständlich – abstrakt – ungegenständlich
Die Münchner Künstlerin Monika Huber entwickelt mit Ihnen verschiedene Methoden zur malerischen Umsetzung Ihrer Bildideen. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Ausgangsidee gegenständlich, abstrakt oder ungegenständlich ist. Wichtig ist, die Prinzipien des Bildaufbaus, der Komposition, der Farbgestaltung, der Oberflächengestaltung, der Kontur und der Raumwirkung kennen- und anwenden zu lernen. Einzelne Bildbesprechungen sind ein wesentlicher Teil des Kurses.
Bitte mitbringen: Mal- und Zeichenmaterial, Leinwände nach Wahl, Skizzenblock.

EM 6298 – Ferien-Kompaktkurs/5 Tage – Milbertshofen
Monika Huber · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · fr bis di 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 5.8. bis 9.8.2011 · € 168.– · 12 Plätze · ♿

Malen nach Edward Hopper
Die praktische künstlerische Arbeit gliedert sich in drei Phasen:
Motive erkennen: Nach einer Einführung in sein Werk gehen wir gemeinsam auf Motivsuche und lernen mit der Digitalkamera zu sehen.
Motive auswählen: Ausdrucken von Fotos, gemeinsame Motivauswahl, Aussuchen der geeigneten Vorlagen, Materialbesprechung und Übungen.
Motive umsetzen in Acryl: Vorstellen von Maltechniken, individuelle Anleitung und Förderung, Finden des eigenen Stils.
Bitte mitbringen: Digitalkamera (falls vorhanden), fertigen Malgrund (kann auch im Kurs erworben werden), Acrylfarben, Pinsel.
Materialkosten für Fotoausdrucke ca. € 5.–.

EM 6300 – Ferien-Kompaktkurs/4 Tage – Milbertshofen
Daniela Grosse · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · do bis so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 11.8. bis 14.8.2011 · € 136.– · 12 Plätze · ♿

Aquarellieren – realistisch oder abstrakt
Im Spannungsfeld zwischen realistischer und abstrahierender Malweise werden Sie lernen, beide Komponenten gezielt einzusetzen. Das Andeuten und Weglassen im Bild regt die Fantasie des Betrachters an und schafft Freiräume für eigene Assoziationen.
Bei schönem Wetter werden wir uns draußen Motive suchen, vor Ort zu Papier bringen und im Atelier in freie Arbeiten umsetzen.
Rückfragen zu Ausrüstung und Ablauf beim Kursleiter, Telefon (089) 2 72 44 68 oder E-Mail: eckler@ch-eckler.de. Näheres zum Dozenten unter www.ch-eckler.de.

EM 6302 – Ferien-Kompaktkurs/3 Tage – Milbertshofen
Christian Eckler · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · di/mi/do 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17./18.8.2011 · € 102.– · 12 Plätze · ♿

La couleur – ein Fest der Farbe
Der französische Maler Bernard Boissel wird mit Ihnen in Farben und Formen schwelgen. Losgelöst vom Gegenstand entwickeln diese ihre eigene Dynamik – als feiner Strich oder satte Pinselspur. Dass abstrakte Malerei durchaus Gesetzmäßigkeiten folgt, lernen Sie nebenbei wie auch Varianten der Farbkombinatorik. Im Vordergrund steht aber der lustvolle Umgang mit dem Material – ganz so wie es französischer Kunsttradition entspricht.
Bitte mitbringen: alles vorhandene Malmaterial, Malblock, Papier, Malfarben, Farbstifte, Pinsel.

EM 6304 – Ferien-Kompaktkurs/5 Tage – Milbertshofen
Bernard Boissel · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · fr bis di 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 19.8. bis 23.8.2011 · € 168.– · 12 Plätze · ♿

Figur, Akt und Raum 1
Der Zeichenmarathon
Wir zeichnen Aktmodelle vor einer aufgebauten Kulisse. Nicht die isolierte Figur ist Thema, sondern der gesamte räumliche Kontext. Nach einem kurzen „Warm-up" mit mittelformatigen Skizzen, arbeiten wir intensiv mit Kohle an bis zu zwei Meter großen Formaten. Ziel ist es, zu einer ausdrucksstarken authentischen Zeichensprache zu gelangen. Gleichwohl zählt nicht das Ergebnis, sondern die Erfahrungen auf dem Weg dorthin: das bewusste Wahrnehmen der Größenverhältnisse, das Erfassen von Räumlichkeit und Proportion. Die Gruppenarbeit wird Sie stimulieren, Einzelkritik wird Sie fördern.
Der amerikanische Künstler Benjy Barnhart kann alle Kursinhalte bei Bedarf auch auf Englisch vermitteln.
Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, harte und weiche Bleistifte, jeweils eine Packung 5 bis 7mm und 10 bis 12mm Zeichenkohle, Knetgummi, Radierer, Buntkreide.
Modellgeld und Materialgeld für großformatiges Papier ist im Kurs zu zahlen.

EM 6310 – Ferien-Kompaktkurs/4 Tage – Milbertshofen
Benjy Barnhart · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · mo bis do 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 29.8. bis 1.9.2011 · € 136.– · 12 Plätze · ♿

Figur, Akt und Raum 2 – Figürliche Malerei
Die Figürliche Malerei ist heute aktueller denn je. In diesem Kompaktkurs werden alle Schritte zur Darstellung von Figur und Raum geübt. Sie werden sich mit Aspekten wie Form und Proportion auseinandersetzen und Ihr Motiv mit Farbe umsetzen – zunächst mit reduzierter Farbpalette, um Farbmischungen und -harmonien zu erproben. Sie lernen, wie Licht und Schatten Einfluss nehmen auf die farbliche Gesamtwirkung. Sie erhalten individuelle Anleitung und werden Bilder in der Gruppe besprechen.
Der amerikanische Dozent Benjy Barnhart kann alle Kursinhalte bei Bedarf auch auf Englisch erklären.
Bitte mitbringen: DIN A3 Zeichenblock, DIN A2 Zeichenbogen, alles vorhandene Zeichenmaterial, Leinwände, Malblock oder Malkartons (mindestens DIN A3), Acrylfarben (mindestens: Zitronengelb, Kadmiumgelb mittel, Kadmiumrot mittel, Krapplack, Coelinblau, Ultramarinblau, Lichter Ocker, Siena gebrannt, Umbra natur, Schwarz und viel Titanweiß), verschiedene Pinsel, Wasserglas, Mischteller, Lappen, Palettenmesser, Arbeitskleidung.
Modellgeld ist im Kurs zu zahlen.

EM 6314 – Ferien-Kompaktkurs/4Tage – Milbertshofen
Benjy Barnhart · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · mo bis do 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 12.9. bis 15.9.2011 · € 136.– · 12 Plätze · ♿

Mit den Augen der Meister – Zeichnen nach Originalen
Im genauen Betrachten von Meisterwerken werden wir Formzusammenhänge und Bildwirkungen verstehen lernen. In der Alten Pinakothek werden wir von ausgewählten Bildern zeichnerische Skizzen anfertigen. Die werden am Folgewochenende auf große Formate übertragen. Dabei geht es nicht um originalgetreue Reproduktionen, vielmehr um das Verstehen von formalen und inhaltlichen Aspekten. So kommen wir dem Geheimnis der perfekten Komposition auf die Spur und lernen, wie man mit bildnerischen Mitteln zu einer optimalen Bildwirkung gelangt. Diese neuen persönlichen Erkenntnisse sind auf Ihre weitere künstlerische Arbeit übertragbar.
Arbeitsprozesse werden in der Gruppe diskutiert. Der amerikanische Dozent Benjy Barnhart vermittelt alle Kursinhalte bei Bedarf auch auf Englisch.
Für den Museumsbesuch bitte mitbringen: Zeichenblock oder Skizzenbuch, verschiedene Bleistifte, Buntstifte, Radierer. Für die großformatigen Bilder eignen sich Zeichenkohle verschiedener Größen und Härten und Knetgummi gut. Fortgeschrittene können auch gern Farbe ins Spiel bringen (Kreide, Acryl- oder Temperafarben).

EM 6316 – Milbertshofen
Benjy Barnhart · Treffpunkt: Alte Pinakothek, gegenüber der Kasse · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 4.9.2011 · Seminar: Atelier Frohschammerstr. 14a · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 10./11.9.2011 · € 98.– · 8 Plätze · ♿

Kunst unter freiem Himmel

Blauer Himmel, eine leichte Sommerbrise, das Flimmern der Isar im hellen Licht … wir haben reizvolle Kulissen und Motive für Ihr künstlerisches Gestalten ausgewählt. Lassen Sie sich von der Leichtigkeit der Jahreszeit inspirieren und begleiten Sie uns hinaus ins Freie. Alles was Sie dazu benötigen, sind Pinsel und Palette und Spaß am kreativen Gestalten.

Zeichnen und Malen an der Isar
Die Natur mit ihren wechselnden Lichtverhältnissen, der großen Vielfalt und Komplexität von Formen sowie dem unbegrenzten Raum der wilden Isarauen, ist für den Künstler Inspiration und Herausforderung zugleich. Als Abschluss können wir unsere Ergebnisse in einem nahe gelegenen Biergarten austauschen.
Bitte mitbringen: Zeichen- und/oder Malmaterialien nach Wunsch: Zeichenblock, Blei- und Buntstifte oder Pastellkreiden, Radiergummi, Klapphocker, Brotzeit nach Bedarf.

EM 6143 – Sonntagskurs
Benjy Barnhart · Treffpunkt: U-Bahn Station Thalkirchen, Ausgang Richtung Tierpark · 2 x so 14.00 bis 18.00 Uhr · 17.7. und 24.7.2011 · € 55.– · 8 Plätze

Zeichnen und Aquarellieren im Westpark
Mit dem Zeichenstift oder dem Aquarellpinsel gestalten wir kleine Stillleben. Ein bunter Blumenstrauß kann ebenso Motiv sein wie Details einzelner Pflanzen. Aquarell- und Zeichentechnik lassen sich bestens kombinieren.
Unser blühender Garten im Westpark ist der ideale Ort, um sich wohlzufühlen und künstlerisch zu arbeiten.
Bitte mitbringen: Aquarell- und Zeichenblock, Aquarellmalkasten, ggf. Aquarellstifte, weichen Bleistift, Wasserglas, Klappstuhl.

ES 6144 – Sonntagsseminar – Sendling-Westpark
Katja Luke · VHS-Garten im Westpark · Eingang Nestroy-/Zillertalstr. · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 28.8.2011 · € 41.– · 10 Plätze

Zeichnen in und um St. Martin
Was ist der „zeichnerische Blick"? Wie finde ich mein Motiv? Was macht eine gute Zeichnung aus? Diese Fragen bewegen uns, wenn wir das alte Klostergebäude St. Martin und die nähere Umgebung mit dem Stift in der Hand erforschen. Zwischendurch treffen wir uns zum Gesprächsaustausch über unsere Zeichnungen. Anfänger/innen bekommen ausführliche Starthilfe.
Bitte mitbringen: Skizzenblöcke oder -bücher, feste Unterlage, Zeichenwerkzeug, Klapphocker.

EO 6145 – Sonntagsseminar – Giesing
Susanne Becker · Volkshochschule · Severinstr. 6 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 14.8.2011 · € 41.– · 10 Plätze

Wasser – Arbeiten nach der Natur mit Stift und Farbe
Kennen Sie Claude Monets Seerosenbilder? Eindrucksvolle Arbeiten auf denen er immer wieder seinen Teich abbildete, um Vegetation und Wasser im Spiel von Licht und Schatten abzubilden. Wir wollen uns dieses sommerlichen Themas annehmen. Unsere großzügige Gartenanlage mit dem Seerosenteich ist dafür die ideale Kulisse. Unter freiem Himmel wird skizziert und aquarelliert. Sie werden lernen, worauf es bei dieser Kunst ankommt und wie man erfolgreich zu schönen Naturbildern gelangt. Bei trübem Wetter oder Regen kann im direkt anliegenden Atelier gearbeitet werden.
Bitte mitbringen: Ihre Ausrüstung an Stiften, Kreiden, Malfarben und Papieren (Malblock), evtl. auch Leinwände.

EO 6148 – Sonntagsseminar – Giesing
Mariana Scvortova · Volkshochschule · Severinstr. 6 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 31.7.2011 · € 41.– · 10 Plätze

Aquarellieren im Schlosspark
Sommerliches Licht, Natur und Architektur sind ideale Rahmenbedingungen für dieses Malseminar. Die Dozentin wird Ihnen vermitteln, worauf es bei der Darstellung der Natur ankommt, wie man das Wesentliche in den Mittelpunkt stellt, wie man Stimmung, Atmosphäre und Raum schafft. Das Arbeiten in der Natur bedeutet auch Bereitschaft zum Improvisieren des Arbeitsplatzes im Freien.
Bitte mitbringen: Aquarellblock, Malunterlage, Aquarellfarben und -pinsel, weichen Bleistift oder Zeichenkohle, ggf. auch Klapphocker.

EW 6151 – Samstagsseminar – Nymphenburg
Karin Gorgas · Treffpunkt: Hauptkasse unter den Arkaden · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 30.7.2011 · € 41.– · 10 Plätze · ♿

Aquarellieren im Nymphenburger Schlosspark
Wir lassen uns von der Fülle der wundervollen Motive im Nymphenburger Schlosspark inspirieren.
Zunächst werden wir unsere Malwünsche austauschen und dann den geeigneten Standort wählen.
Bei Regen steht uns der Malraum im ehemaligen Trafogebäude in der Nymphenburger Str. 171a zur Verfügung, wo wir nach Vorlagen und Fotos arbeiten können.
Bitte mitbringen: Aquarellpapier mit fester Malunterlage, Aquarellfarben, Pinsel, Bleistift, Radiergummi, Wasserbehälter, Kreppband, Klappstuhl oder Sitzauflage, Brotzeit.

EW 6152 – Wochenendseminar – Nymphenburg
Barbara Heinemann · Anfänger/innen und Fortgeschrittene · Treffpunkt: Schloss Nymphenburg · Haupteingang, rechtes Tor · sa/so 10.00 bis 16.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 68.– · 10 Plätze · ♿

Zeichnen und Aquarellieren im Botanischen Garten
Im zauberhaften Ambiente des Botanischen Gartens suchen wir unsere Motive. Wir werden das Charakteristische von Blüten und Pflanzen beim Zeichnen und Aquarellieren herausarbeiten. Der Blick für das Wesentliche wird dabei geschult. Bei schlechtem Wetter werden wir im Gewächshaus arbeiten.
Bitte mitbringen: Aquarellblock, Aquarellfarben, Aquarellstifte, Bleistifte, Radiergummi, einen Klappstuhl, Brotzeit.

EW 6155 – Sonntagsseminar – Nymphenburg
Katja Luke · Treffpunkt: Botanischer Garten, Haupteingang · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 4.9.2011 · € 41.– · 10 Plätze · ♿

Bild: © Karin Cyron

Drinnen & Draußen – Gegenständliche Malerei intensiv
Die Bandbreite der Themen ist bewusst breit gehalten.
Es geht um das Erleben, das Spüren und das visuelle Wahrnehmen der Umgebung. Dies in Bilder umzusetzen und unverkrampft darzustellen, ist Ziel der Veranstaltung. Es können Naturmotive sein – der Veranstaltungsort liegt in einer fabelhaften Park- und Gartenlandschaft – einfache alltägliche Objekte, komponierte Stillleben oder Fotovorlagen. Das Atelier führt ebenerdig direkt ins Freie, also ist auch der direkte Wechsel von drinnen nach draußen jederzeit möglich. Gruppen- oder Einzelgespräch begleiten die Arbeit. Vor Ort erstellte Fotovorlagen können die Arbeit am Bild unterstützen. Anregungen aus der Kunstgeschichte können einfließen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, zeichnerische Grundkenntnisse von Vorteil. Auch gut geeignet für Studienbewerber.
Bitte mitbringen: Skizzenblöcke DIN A5 bis DIN A3, Bleistifte, Radiergummi, Lappen, Zeichenkohle, Haarlack, Papierklebeband und Klebeband, ca. zehn langstielige Pinsel (Stärke bis Heizkörperpinsel), schnelltrocknende Farben (Acryl, Abtönfarben, Gouache/Tempera oder Pigmente und Acrylbinder), Paletten (z. B. Papierteller), Bildträger (z. B. Papiere auch Packpapier, Pappe), Wandfarbe zum Grundieren des Papiers.

EZ 6157 – Ferien-Workshop/5 Tage – Bogenhausen
Kai Feldschur · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mo bis fr 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 1.8. bis 5.8.2011 · € 180.– · 10 Plätze · ♿

Druckgrafik „Schwarze Kunst“

Seit langem gehört die Druckgrafik zum Repertoire unseres Kreativprogramms. Wir haben Künstlerinnen und Künstler gebeten, speziell für den Kunstsommer Programme rund um das Thema zu entwickeln. Die Angebote reichen vom Tief- zum Hochdruck, von traditionellen Techniken bis hin zu modernen, auch experimentellen Verfahren. Die druckgrafischen Techniken sind nicht für Profis reserviert, auch Anfänger/innen sind herzlich willkommen. Unterrichtsort ist das neue Grafikatelier im Kulturpark Frohschammerstraße mit reichlich sommerlichem Ambiente.

Die Kunst der Grafik
Einführung in die Tiefdrucktechniken
Ein praktischer Einblick in die wesentlichen druckgrafischen Techniken. Sie werden manuelle Stichverfahren kennen lernen, wie die Kaltnadelradierung und Ätzverfahren wie die Aquatinta Technik oder die Weichgrundätzung. Sie werden eigene künstlerische Grafiken gestalten und in kleinen Auflagen drucken. Neben den spezifischen Verfahren wird Allgemeinwissen zu den Themen Material, Entwurf und Druck vermittelt.
Bitte mitbringen: Zeichenstift und Skizzenpapier, eine Radiernadel (wenn vorhanden); alles Weitere wird vor Ort besprochen.

EM 6730 – Ferienkurs – Milbertshofen
Andreas Stiller · Volkshochschule · Druckgrafik · Frohschammerstr. 14 · mo bis fr 13.00 bis 17.00 Uhr · 15.8. bis 19.8.2011 · € 120.– · 8 Plätze

Kaltnadelradierung
Die Kaltnadelradierung ist das direkteste und einfachste grafische Tiefdruckverfahren. Hierbei wird die auf die Druckplatte zu übertragene Zeichnung nicht eingeätzt, sondern mit kalter Nadel eingeritzt. Neben Zeichnungen können z. B. mit Schleifpapier auch Texturen erzeugt werden.
Das Ergebnis besticht durch seine Spontanität und Lebendigkeit. Wir experimentieren mit verschiedenen Druckplatten (Kupfer, Plastik, Spezialkarton) und Techniken.
Bitte Bleistifte und Arbeitskleidung mitbringen. Druckplatten und Druckpapier können im Kurs erworben werden.

EM 6736 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Yoko Omomi · Volkshochschule · Druckgrafik Frohschammerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 17./18.9.2011 · € 82.– · 8 Plätze

Monotypie
Die Monotypie ist die spontanste aller Drucktechniken. Auf der Trägerplatte (Kunststoff oder Metall) können Sie Zeichnungen entwerfen, Farbe auftragen und sogar ungewöhnliche Materialien/Fundstücke mit abdrucken. Der schnelle Herstellungsprozess lässt eine größere Produktion von Arbeiten zu, allerdings wird jeder Druck ein Unikat sein.
Bitte mitbringen: Borstenpinsel, Malpalette (optional), Zeitung (als Unterlage), Spachtel, Schürze. Druckpapier und weiteres Material kann im Kurs erworben werden.

EM 6738 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Yoko Omomi · Volkshochschule · Druckgrafik Frohschammerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 13./14.8.2011 · € 82.– · 8 Plätze

Druckgrafik experimentell – Collagrafie
Die Collagrafie ist eine einfache und günstige Drucktechnik, die aber eine große Bandbreite von Gestaltungsmöglichkeiten eröffnet. Analog zur Collage werden unterschiedliche Materialien miteinander kombiniert. Durch Bearbeitung der Druckplatte mit diversen Werkzeugen und zusätzliches Aufkleben von Fundstücken können grafisch reizvolle Oberflächentexturen erzeugt werden.
Der Unterricht kann zweisprachig deutsch/englisch erfolgen.
Bitte mitbringen: beliebige Gegenstände (bis zu 2 mm dick, z. B. Schnur, Profiltapete, getrocknetes Laub usw.), Bleistift, Zeitung (als Unterlage), Cutter oder Teppichmesser, Arbeitskleidung. Druckpapier und Passepartout können im Kurs erworben werden.

EM 6740 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Yoko Omomi · Volkshochschule · Druckgrafik Frohschammerstr. 14 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 8./9./10.7.2011 · € 99.– · 8 Plätze

Hochdruck – vielseitig und vielfarbig
Sie lernen eine Reihe verschiedener Hochdrucktechniken kennen: Linoldruck, Holzschnitt, Collagrafie etc. Beim Hochdruckverfahren liegen die druckenden Stellen höher als die Nichtdruckenden, d. h. abgedruckt werden nur die hochstehenden Linien, Flächen oder Strukturen/Texturen der Druckplatte. Das spiegelverkehrte Druckbild wird zunächst eingefärbt und dann auf das Papier gepresst. Mehrfarbige Druckgrafiken können durch den Einsatz mehrerer Druckplatten erzeugt werden, wobei auch mit verschiedenen Kombinationstechniken experimentiert werden kann.
Bitte mitbringen: beliebige Gegenstände (bis zu 2 mm dick, z. B. Schnur, Profiltapete, getrocknetes Laub usw.), Schürze, Bleistifte, Cutter oder Teppichmesser. Druckplatten und Druckpapier können im Kurs zum Selbstkostenpreis erworben werden.

EM 6742 – Ferienseminar – Milbertshofen
Yoko Omomi · Volkshochschule · Druckgrafik Frohschammerstr. 14 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 2./3./4.9.2011 · € 99.– · 8 Plätze

Linoldruck zeitgemäß und einzigartig
Sie wollen Neues entdecken, schlummernde Kreativpotenziale wecken? Sie werden staunen welche vielfältigen Möglichkeiten eine simple Linolplatte in sich birgt. Sie arbeiten spontan direkt auf der Platte, verwenden besondere Material- und Folien-Auflagentechniken und nutzen selbst geschnittene Schablonen.
Bitte mitbringen: Fineliner permanent, NT-Cutter und Schneidematte, Schneidemesser für Linoleum, eine kleine Schraubzwinge, Zeitung (als Unterlage), Schürze. Linoleumplatten, Druckpapier und Klarsichtfolie (können auch im Kurs erworben werden).

EM 6743 – Milbertshofen
Susanne von Gemmingen-Taslaman · Volkshochschule · Druckgrafik Frohschammerstr. 14 · 3 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 24.8. bis 7.9.2011 · € 56.– · 8 Plätze

Illustrationen mit der Radiertechnik
Das Illustrieren von Texten ist eine historische Kunst, die jedoch hochaktuell ist und facettenreiche gestalterische Möglichkeiten eröffnet. Hier erlernen Sie Techniken, mit denen Sie Ihre Zeilen, seien sie aus der Literatur entnommen oder aus eigener Feder, illustrieren. Exemplarische Musterbeispiele als Vorlage werden Ihnen den Einstieg erleichtern. Sie werden einerseits neue handwerkliche Techniken kennenlernen, andererseits Ihre Texte damit künstlerisch aufwerten und originale Grafiken gestalten.
Bitte mitbringen: Skizzenpapier DIN A4, weiche und normale Bleistifte, Spitzer, einen kurzenText zum Illustrieren.

EM 6744 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Monica Camaggi · Volkshochschule · Druckgrafik · Frohschammerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 6./7.8.2011 · € 82.– · 10 Plätze

Lithografie
Es werden die grundlegenden Techniken der Lithografie vermittelt: Kreidezeichnung, Tuschelavur, Federzeichnung. Die historische Technik bietet eine Vielfalt künstlerischer Ausdrucksmöglichkeiten, die zum experimentieren einladen und spannende Ergebnisse gewährleisten. Es entstehen Unikatdrucke oder kleine Auflagen. Das Abschleifen des Steines im vorbereitenden Arbeitsgang erfordert etwas körperlichen Einsatz.
Bitte mitbringen: Bleistifte, Zeichenblock, Lithokreide, Pinsel, eventuell Bildideen, Skizzen. Druckpapier kann im Kurs erworben werden. Materialgeld (ca. € 8.–) ist im Kurs zu zahlen.

EM 6746 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Joe Holzner · Volkshochschule · Druckgrafik · Frohschammerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 8 Plätze

Farbholzschnitt und Malerei
Ziel ist die Kombination beider Techniken an abstrakten Bildmotiven.
Der praktische Teil beeinhaltet das Kennenlernen der unterschiedlichen Arbeitsweisen und Kombinationsmöglichkeiten; den Holzschnitt auf Malerei, die Malerei auf Holzschnitt, Collagetechniken und Künstlerbuch.
Im Theorieteil geht es um die Auseinandersetzung mit Komposition und Gestaltung, die Eigenart des Malerischen und des Grafischen in der Kunst.
Bitte mitbringen: Papiere für Holzschnitt, nicht aufgezogene Leinwände, Acrylmalblöcke, ggf. eine Rolle Chinapapier (30g bis 80g), farbige Papiere, Acrylfarben (Weiß, Schwarz, Magenta, Cyanblau, kräftiges Gelb), Flachpinsel, Holzschnittmesser (falls vorhanden), Holzschnittplatten (5 mm). Druckfarben können beim Kursleiter für € 10.– erworben werden.

EM 6747 – Kompaktkurs/5 Tage – Milbertshofen
Andreas Kramer · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · mi bis so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 20.7. bis 24.7.2011 · € 168.– · 12 Plätze

Holzschnitt und Typografie – Workshop und Ausstellung in der Tipoteca di Cornuda, Venetien
Die Tipoteca Italiana ist ein unter modernsten Gesichtspunkten konzipiertes Museum für Typografie mit angeschlossener Druckwerkstatt. Hier haben Sie die einzigartige Möglichkeit Museumsbestände, wie Holzlettern, für Ihre künstlerische Arbeit zu nutzen. Es geht um Holzschnitt in der Kombination mit typografischen Elementen. Ziffern und Zahlen werden Teil der Bildkomposition. Es kann an bis zu drei Handpressen gleichzeitig gedruckt werden. Parallel zu den individuellen Projekten arbeiten wir an einem gemeinsamen Ausstellungsplakat. Der Kurs wird abgerundet durch eine Ausstellung der entstandenen Arbeiten in den Räumen der Tipoteca am Samstag, dem 3. September 2011.
Bitte mitbringen: Holzschnittmesser, Druckstöcke: 5 mm bzw. als Alternative 2 cm Stärke. Bitte auf keinen Fall Holzstöcke unterschiedlicher Stärke mitbringen!
Wichtige Hinweise: Die Kursgebühr beinhaltet nur die o. g. Lehrinhalte. Reise-, Verpflegungs- und Unterkunftskosten fallen zusätzlich an. Für Werkstattnutzung, Druckfarben, Spezialpapiere etc. fällt eine zusätzliche Gebühr in Höhe von € 90.– an, die vor Ort zu bezahlen ist. An- und Abreise erfolgen individuell. Detaillierte Informationen, auch zu Unterkunftsmöglichkeiten, erhalten Sie vom Dozenten unter E-Mail: akramay59@yahoo.com.

EM 6748 – Ferien-Kompaktkurs/6 Tage
Andreas Kramer · Tipoteca Italiana di Cornuda · Via Canapicio 3 · mo bis fr 10.30 bis 17.30 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 29.8. bis 2.9.2011 · Ausstellung: sa 10.30 bis 13.30 Uhr · 3.9.2011 · € 198.– · Keine Ermäßigung · Ohne Reisekosten, Unterkunft und Verpflegung · 10 Plätze

Typografie – Alpha-beta handmade
Gedanken gut abgewogen, Farbe drauf und abgezogen. Ein Kurs für alle, die gerne mit Worten spielen und diese typografisch-künstlerisch eindrucksvoll zur Geltung bringen wollen.
Bitte Arbeitskleidung, aber auch Papiere, Bildvorlagen, Kopien usw. mitbringen. Weiteres Papier und Druckstöcke können auch im Kurs erworben werden. Ebenso bieten wir eine kleine Textsammlung zur Anregung an.

EM 6754 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Andreas Mayr/Brigitte Voit · Volkshochschule · Druckgrafik Frohschammerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 10./11.9.2011 · € 96.– · 8 Plätze

Künstlerisches Gestalten

Klassisch zeichnen
Das Zeichnen folgt Regeln, die man systematisch erlernen kann. Sie werden Schritt für Schritt damit vertraut gemacht. Kursinhalt: Darstellung von Form und Linie, Licht und Schatten, Proportion, Raum, Komposition.
Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A4, Zeichenstifte, Radiergummi.

EN 6027 – Wochenendseminar – Am Hart
Rudolf Fiedler · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 30./31.7.2011 · € 69.– · 11 Plätze · ♿

Reiseskizzen
Haben Sie im Urlaub oder bei Ausflügen manchmal Lust, das Gesehene zu skizzieren? Durch gezielte zeichnerische Übungen wird die genaue Beobachtung und ihre Wiedergabe mit bildnerischen Mitteln geschult. Lernen Sie hier geeignete Techniken kennen. Zeichenkenntnisse sind von Vorteil.
Bitte mitbringen: Skizzenblock, feste Unterlage, Bleistift, Kugelschreiber, Kohle.

EN 6084 – Wochenendseminar – Am Hart
Alexander Mitterlechner · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 60.– · 13 Plätze · ♿

Cartoons zeichnen
Wir entwerfen Cartoon-Figuren und lassen sie in eigenen Bildideen lebendig werden. Die humoristische Zeichnung steht im Vordergrund. Besondere Akzente: Wie zeichne ich die Kopfform, die Mimik, die Gestik, Hände und Füße bzw. Schuhe? Den „letzten Schliff" erhält die Zeichnung durch das Kolorieren.
Bitte mitbringen: Skizzenpapier (z. B. eine Rolle Butterbrotpapier), Zeichenblock DIN A3, Bleistifte HB und 3B, Buntstifte, dünnen schwarzen Filzstift.

EG 6103 – Wochenendseminar – Innenstadt
Klaus Meint · Anfänger/innen und Fortgeschrittene · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Sechs unterschiedliche Mal- und Zeichentechniken ausprobieren
Sie werden lernen, eigene Bildmotive (abstrakt und realistisch) mit Aquarell, Acryl, Öl, Rötel, Kohle und Pastell auf entsprechende Bildträger umzusetzen. Sie erhalten Informationen zur Malkunde, über die richtige Anwendung von Techniken und über das Farbenmischen.
Bitte mitbringen: Zeichenblock, Bleistift, Radiergummi, Lineal. Alle anderen Materialien sind für ca. € 15.– im Kurs erhältlich.

EN 6120 – Wochenendseminar – Am Hart
Mariana Scvortova · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Porträts zeichnen
Anfänger/innen erlernen die Basistechniken, Fortgeschrittene können ihre Fertigkeiten erweitern und vertiefen. Grundkenntnisse im Zeichnen sind von Vorteil. Modellhonorar ist im Kurs zu zahlen.
Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, weiche Bleistifte, Kohle oder Rötel; alles Weitere wird im Kurs besprochen.

EN 6162 – Wochenendseminar – Am Hart
Elina Deberdeeva · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 6./7.8.2011 · € 70.– · 12 Plätze · ♿

Porträtzeichnen nach Fotos
Die realistische Darstellung eines Gesichtes steht im Mittelpunkt. Die Übungen werden helfen, freier und sicherer mit Motiv und Material umzugehen. Sie werden individuell gefördert und lernen die wichtigsten Zeichentechniken kennen.
Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A3, verschiedene Bleistifte, Zeichenkohle, Radier-, Knetgummi, Dosenspitzer, Fotos (mindestens Größe DIN A5).

EW 6170 – Wochenendseminar – Pasing
Alexander Kowarzyk · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Das Porträt in der Tradition
Vor ausgewählten Originalen in der Alten und der Neuen Pinakothek werden elementare Techniken der traditionellen Porträtkunst erarbeitet. Welche Rolle spielen Hell und Dunkel bei der Wiedergabe der Plastizität? Wie sind Formen und Proportionen des menschlichen Gesichts zu erfassen und im Bild wirksam wiederzugeben? Welche besonderen Möglichkeiten der Gestaltung von Farbe und Komposition können für das Porträt genutzt werden? In einfachen Übungen erschließen sich vielfältige zeichnerische Möglichkeiten.

EM 6176 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Kristine Oßwald · Alte Pinakothek · Barerstr. 27 · so 10.00 bis 16.00 Uhr (mit Pause) · 24.7.2011 · € 30.– · Zuzüglich Eintritt € 1.– · 11 Plätze

Das Ganze sehen – Aktzeichnen für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Der Akt ist das wichtigste Thema in der bildenden Kunst, denn nichts anderes sehen wir so als in sich geschlossenes Ganzes wie die menschliche Gestalt. Wir trainieren zunächst unsere Wahrnehmungsfähigkeit, um uns dann in Proportion, Perspektive und Anatomie einzuarbeiten. Sie werden individuell gefördert und betreut. Gearbeitet wird vor einem Aktmodell, Modellgeld dafür ist im Kurs zu zahlen, sie ist im Kurspreis nicht enthalten.
Bitte mitbringen: Skizzenpapier DIN A4 oder größer, Bleistifte HB, B1 oder B2, Tesafilm.

EO 6205 – Wochenendseminar – Giesing
Susanne Becker · Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze

Bilder und Geschichten – die Kunst der Illustration
Hatten Sie schon einmal die Idee Texte zu illustrieren – eine Geschichte für Kinder vielleicht? Die vielfach publizierte Kinder- und Jugendbuchillustratorin wird Ihnen die geeigneten Techniken vermitteln: das Figuren- und Porträtzeichnen, die Darstellung von Räumlichkeit mit der Zentral- und Zweipunktperspektive, die Bildkomposition und die Licht- und Schatten-Verteilung. Der Text wird in sinnvolle Sequenzen unterteilt, die den Leser regelrecht in die Erzählung hineinziehen. Zeichenkenntnisse sind von Vorteil.
Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, Bleistifte mittel bis weich, Radiergummi, wasserfeste schwarze Eddings 1800 und Aquarellfarben.

ES 6240 – Wochenendseminar – Sendling
Beate Speck-Kafkoulas · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 30./31.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Pastellmalerei
Sie erlernen grundlegende Techniken. Landschaft und Stillleben sind Ausgangspunkt für einen individuellen Gestaltungsprozess.
Bitte mitbringen: feste Malunterlage 50 x 70 cm, Skizzen-, Mal- und Zeichenpapier, Pastellkreiden, Zeichenstifte.

EW 6260 – Wochenendseminar – Pasing
Alexander Mitterlechner · Anfänger/innen und Fortgeschrittene · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Collage und Assemblage auf Leinwand
Hier verwandelt sich die glatte Leinwand in eine skulpturale Bildlandschaft. Plastische Objekte sinken in pastose Acrylfarben ein oder werden in Spachtelmassen eingebettet. Übermalen, kratzen, schaben, spachteln – ein sinnliches Erlebnis mit dem Material beginnt. Ungewöhnliche Leinwandformen, wie zum Beispiel lange, schmale Formate, können außergewöhnliche Bildlösungen geradezu provozieren.
Bitte mitbringen: Leinwand auf Keilrahmen (z. B. 120 x 30 cm), oder andere Formate, Acrylfarben, Pinsel, Spachtel, Pappen, Spachtelmasse und Ihre Sammelobjekte (Stoffe, Spitzen, Netze, Schnüre, Bänder, Fotos, getrocknete Pflanzen).

EG 6263 – Wochenendseminar – Innenstadt
Beate Brömse · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Faszination Wüstenlandschaft
Sandstrukturen, Dünen, Erosion im Gestein sind eine große Inspirationsquelle für naturalistische wie auch abstrakte Bilder. Spachteltechniken mit Sand und Strukturpasten in Verbindung mit Acryl-, Dispersions- oder Aquarellfarben bieten uns die Möglichkeit zu experimentellen Arbeiten.
Bitte mitbringen: Malkarton oder Leinwand, bei Aquarellfarben festen Malblock (mindestens 200g/qm), Acryl-, Dispersions- oder Aquarellfarben, Spachtelmasse oder Gel, verschiedene Pinsel, Kreiden und Stifte, Radiergummi, Skizzen- oder Schmierpapier; Gläser mit Füllmaterial: Sand, Erde, Steinchen etc.; Wassergläser und Mallappen.

EG 6345 – Wochenendseminar – Innenstadt
Gabriele Wasmer-Wedel · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Bildidee und Bildkomposition
Lassen Sie sich auf das Spiel mit Farben und Formen ein. Das schafft Raum für Kreativität. Lernen Sie, Impulse wahrzunehmen und Ihre Bildidee malerisch umzusetzen. Sie erfahren, dass der Gestaltungsprozess hin zu einer stimmigen Bildkomposition nicht beliebig ist. Dies werden wir gemeinsam erarbeiten.
Bitte mitbringen: festes Malpapier oder Leinwand, vorhandene Farben, Pinsel.

ES 6347 – Wochenendseminar – Sendling
Susanne Becker · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Wege in die Abstraktion
Eine Einführung in die Gestaltung abstrakter Bilder. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie sich eine Bildidee in Farbe und Form interessant umsetzen lässt.
Bringen Sie Ihre vorhandenen Farben und Pinsel, Malblöcke oder Leinwände sowie Bleistifte, Kreiden, Mallappen und Wassergläser, Radierer und Notizpapier mit.

EG 6350 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Gabriele Wasmer-Wedel · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 31.7.2011 · € 41.– · 10 Plätze · ♿

Malreise: Aquarellieren in einem Tiroler Bergdorf
Auf einem sonnigen, weiten Hochplateau in der Nähe des Achensees liegt das Tiroler Bergdorf Steinberg. Abseits der großen Touristenströme hat sich hier die ursprüngliche bäuerliche Kultur erhalten. Zwischen Guffertspitze und Rofangebirge finden sich malerische alte Bauernhöfe – ideale Motive für Ihre Aquarellbilder. Im Umgang mit Farbe und Pinsel lernen Sie, sich auf das Wesentliche im Bildinhalt zu reduzieren und erhalten gleichzeitig neue Impulse für Ihre künstlerische Arbeit. Die wird in der Gruppe besprochen.
Alle Auskünfte zu Anfahrt, Übernachtung und Malausrüstung sowie die Organisation von Mitfahrgelegenheiten über den Dozenten, Telefon (089) 272 44 68 oder E-Mail: eckler@ch-eckler.de

EM 6519 – Malreise/3 Tage – Innenstadt
Christian Eckler · Treffpunkt wird mitgeteilt · fr/sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 15./16./17.7.2011 · € 140.– · 10 Plätze

Aquarellieren mit lasierenden Farben
Einführung in den Umgang und das Malen mit dünnen, lasierenden Farben (Aquarell und Acryl) auf verschiedenen Papieren. Wir erproben die Wirkungen von Überlagerungen transparenter Farbflächen, kolorieren Zeichnungen und erstellen Farbcollagen. Assoziationen, die beim Malen entstehen, werden künstlerisch aufgegriffen.
Bitte mitbringen: Aquarellpapier, Aquarellkasten, Pinsel, Acrylfarben, Papier, Schere, Klebstoff, evtl. kleiner Föhn, Mappe für die Arbeitsergebnisse.

EG 6520 – Ferien-Kompaktkurs/3 Tage – Innenstadt
Reinhard Fritz · Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr/sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 5./6./7.8.2011 · € 120.– · 10 Plätze · ♿

Landschaftsaquarelle – ein Dialog mit der Natur
Sie lernen das Wesentliche einer Landschaft zu erfassen und in die Sprache der Malerei zu übersetzen. Licht- und Schatten schaffen Räumlichkeit, Farbe erzeugt Stimmungen und Atmosphäre.
Bitte mitbringen: Aquarellblock oder Aquarellbögen, Malunterlage, Aquarellfarben und -pinsel, weichen Bleistift oder Zeichenkohle. Malvorlagen (z. B. Fotos).

EW 6535 – Wochenendseminar – Laim
Karin Gorgas · Volkshochschule · Fürstenrieder Str. 53 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Aquarellieren im Stil der Impressionisten
Licht und Schatten, Bäume und Pflanzen sind unser Motiv. Farbe spielt dabei die wesentliche Rolle. Anfänger/innen werden in die Technik eingeführt, Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen können ihre Fertigkeiten verbessern.
Bitte mitbringen: Aquarellblock (extra rau), Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Wassergefäß.

EN 6540 – Wochenendseminar – Am Hart
Alexander Mitterlechner · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 17./18.9.2011 · € 70.– · 11 Plätze · ♿

Aquarell – Nass-in-Nass malen
Die Kunst der Aquarellmalerei besteht im richtigen Einsatz von Wasser und Farbe auf dem Malblock. Mit etwas Übung kann man die Farbe so fließen lassen, dass stimmungsvolle Bildatmosphäre entsteht, vor allem auch im Kontrast zu harten zeichnerischen Konturen. Hier erlernen Sie die richtige Technik am Thema Landschaft.
Bitte mitbringen: Aquarellblock DIN A3, Farben, verschiedene Pinsel, Bleistift, Wasserglas, Lappen.

EN 6560 – Wochenendseminar – Am Hart
Franz Fusseder · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 16.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 30./31.7.2011 · € 58.– · 11 Plätze · ♿

Ausstellung: Aspekte Galerie

Michael Grossmann – Laokoon!
„Ist aber Form Inhalt und Inhalt Form, dann ist jede subjektive Entscheidung während des Malens (weitestgehend) ausgeschaltet", verdeutlicht Michael Grossmann seinen künstlerischen Ansatz. Wie die alten Meister nimmt sich Grossmann Stoff aus der Literatur als Basis für seine Arbeiten. In seinem malerischen Werkzyklus „Ulysses" setzt er sich seit 2007 mit Inhalt und Funktion des Tafelbildes im gleichnamigen Epos von James Joyce auseinander. Dabei richtet Grossmann den Blick auf die malerische, motivische und inhaltliche Realisierung des Bildes und nicht auf das Bild als Objekt in Relation zu Wand und Raum. In seinen Beckettstudien 2009 bis 2010 wie in weiteren konzeptuellen Bildserien befragt der Künstler differierende Wahrnehmungstheorien und Wirklichkeitsvorstellungen.
Michael Grossmann ist zur Eröffnung anwesend, die Kunst- und Literaturwissenschaftlerin Christin Wähner führt in die Ausstellung ein.

Foto: © Michael Grossmann

Ausstellungsort:
Aspekte Galerie im Gasteig 2. Obergeschoss
Eröffnung:
Mittwoch 13. Juli 2011, 19.00 Uhr, Foyer II. Stock
Ausstellungsdauer:
14. Juli bis 11. September 2011
Öffnungszeiten:
täglich von 10.00 bis 22.00 Uhr · Eintritt frei

Begleitveranstaltung zur Ausstellung „Laokoon!"
„Ein Gemälde ist stumme Dichtung und Dichtung ein sprechendes Gemälde" – Symposium über die Grenzen von Literatur und Malerei

Mit Michael Grossmann, Fritz Senn u. a.
Die klassische, seit Lessings „Laokoon" als naturgegeben erachtete Einteilung, dass die Form bildender oder visueller Künste räumlich, die der Literatur aber zeitlich ist, wird in Michael Grossmanns Tafelbildern hinterfragt. Der Quelltext zur Entschlüsselung seiner Tafelbilder ist in erster Linie nun nicht mehr die Bibel, wie bei den klassischen christlichen Tafelbildern des Mittelalters, sondern der Roman „Ulysses" von James Joyce und damit auch Homers „Odyssee" wie auch die gesamte Geschichte der Malerei einen wichtigen Bezugspunkt für sein Werk darstellt. Dabei übersetzt Grossmann die literarische Auseinandersetzung Joyces mit Literatur, mythischen Weisheiten und keltischen Ursprüngen auf die Malerei. Im Sinne einer fröhlichen Wissenschaft erforschen Fritz Senn, „Großmeister der gewitzten Verständlichkeit", Ruth Frehner und Ursula Zeller (alle drei Mitarbeiter der James Joyce Stiftung, Zürich) sowie der Künstler Michael Grossmann den Grenzbereich von Literatur und Malerei.

EG 4965 E – Innenstadt
Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · so 14.00 bis 19.00 Uhr · 4.9.2011 · € 12.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · ♿

Senioren Volkshochschule

Skizzieren und zeichnen in freier Natur

Gemeinsam im Freien zeichnen, macht einfach mehr Spaß! Bei jedem Wetter zeichnen wir im Botanischen Garten im Freien oder in den Gewächshäusern. Bitte Zeichenmaterial mitbringen und bei Bedarf einen Hocker.

EW 6610 – Exkursion – Nymphenburg
Barbara Heißler · Für Senior(inn)en · Botanischer Garten, Menzinger Str. 65, Treffpunkt: Eingang Gewächshäuser · do 10.00 bis 13.00 Uhr · 28.7.2011 · € 10.– · Zuzüglich Eintritt · 14 Plätze

Zeichnen und Malen im Westpark

Mit Farbe, Pinsel und Papier sind Sie gerüstet für inspirierende Erlebnistage in sommerlichen Stadtgefilden.

ES 6670 – Seminarwoche – Sendling-Westpark
Mike Keilbach · Für Senior(inn)en · VHS-Garten im Westpark · Eingang Nestroy-/Zillertalstr. · mo bis do 10.00 bis 17.00 Uhr · 18.7. bis 21.7.2011 · € 102.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 12 Plätze

Workshop Bildhauerei

Sie haben hier die Möglichkeit entweder mit Holz, Stein oder Ton bildhauerisch zu arbeiten. Es werden künstlerische Themen wie Form, Inhalt, Ausdruck, aber auch technische Themen wie die Handhabung von Materialien und Werkzeug behandelt. Ton kann im Kurs erworben werden.
Bitte mitbringen: Für das Arbeiten mit Ton ein beschichtetes Brett, Malerabdeckfolie, Modellierstäbchen.
Für das Arbeiten mit Stein einen Brocken aus Marmor oder Muschelkalk (kein Sandstein), Signierkreide; für das Arbeiten mit Holz ein Stück Weichholz (Linde, Pappel oder Obstbaumholz), Signierkreide, und ein Schnitzeisen (falls vorhanden).
Die Steine für Ihren Bildhauerkurs, sofern diese mitzubringen sind, erhalten Sie bei Naturstein Huber, Telefon (0 81 21) 9 31 70 oder Steinmetz Rehm, Telefon (0 89) 361 37 95.
Bitte auch immer Arbeitskleidung, feste Schuhe, eine Schutzbrille und ggf. eine Staubmaske mitbringen.

EM 6820 – Kompaktkurs/5 Tage – Milbertshofen
Lioba Leibl · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · mo bis fr 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 11.7. bis 15.7.2011 · € 168.– · 12 Plätze · ♿

Werke aus Alabaster

Die Zartheit, Transparenz und Weichheit des Materials fasziniert und inspiriert Künstler und Betrachter, verführt zum Anfassen und Bearbeiten.
Es können Skulpturen, Reliefs, Schmuck- oder freie Kunstobjekte gestaltet werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte Schutzbrille und Mundschutz mitbringen. Werkzeug ist vorhanden. Wer möchte, kann ein Klein-Elektro-Kombiwerkzeug mit Schleif-, Trenn- und Bohraufsatz mitbringen.
Materialgeld für den Stein ist im Kurs zu zahlen, je nach Größe ca. € 5.–.

EM 6855 – Wochenendwerkstatt – Milbertshofen
Friederike Reinwein · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Schweißarbeiten für Fortgeschrittene
Sie hatten viel Spaß im Grundkurs und möchten jetzt Ihre Kenntnisse im Schweißen erweitern? Dann sind Sie hier richtig! Sie bekommen Anleitung und Tipps für Ihre Projekte, die Sie schon immer in Angriff nehmen wollten.

EM 6960 – Milbertshofen
Michael Huber · Volkshochschule · Metallwerkstatt Frohschammerstr. 14 · 3 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 7.7. bis 21.7.2011 · € 82.– einschließlich Materialkosten · 6 Plätze

Schleif- und Schärfkurs für Werkstatt und Haushalt
Messer, Schere, Bohrer, Hobeleisen oder Beil – alles stumpf? Bevor Sie etwas wegwerfen, bringen Sie die Sachen doch mit zum Schleif- und Schärfkurs. Hier lernen Sie verschiedene Techniken des präzisen und werkzeugschonenden Schleifens und Schärfens. Fragen beantwortet der Dozent mittwochs von 18.00 bis 21.00 Uhr, Telefon (089) 44806 23.

ES 6970 – Sendling
Roman Hummitzsch · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · do 18.00 bis 21.00 Uhr · 21.7.2011 · € 26.– · 6 Plätze · ♿

Keramik

In allen Keramikkursen werden die Dozent(inn)en mit Ihnen einen Abhol- und Nachbesprechungstermin vereinbaren, bei dem Fragen zu Brand und Glasur geklärt werden.
Falls nicht ausdrücklich gegenteilig angegeben, können alle Kurse von Anfänger(inne)n besucht werden.

Drehen an der Scheibe – Intensivkurs
An einem einzigen Wochenende erlernen Sie die Grundlagen des Scheibentöpferns.
Bitte mitbringen: Handtuch, Arbeitskleidung, feste Schuhe. Material ist im Kurs erhältlich und wird nach Verbrauch verrechnet.

EM 7130 – Ferienwerkstatt – Milbertshofen
Anna Stögmüller-Groth · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · mo bis do 14.00 bis 17.00 Uhr · 15.8. bis 18.8.2011 · mo 18.00 bis 20.00 Uhr · 22.8.2011 · € 96.– · Brennpauschale € 6.– bei der Anmeldung zu zahlen · 8 Plätze · ♿

Vasen und Gefäße – sommerliche Keramik
Sommerlicht und Blütenduft – wir lassen uns von der Leichtigkeit der Jahreszeit beeinflussen und gestalten fantasievolle Keramik mit mediterranem Flair: Schalen mit Farbtupfern, Vasen in Meeresblau, Tassen und Becher in inspirierendem Grün und vieles mehr. Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.
Alle Arbeitsmaterialien sind im Atelier erhältlich: Die Kosten dafür richten sich nach dem Verbrauch. Bitte bringen Sie Arbeitskleidung mit.

EM 7132 – Ferienwerkstatt – Milbertshofen
Elena Krafft · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · mo bis fr 14.00 bis 18.00 Uhr · 29.8. bis 2.9.2011 · fr 15.00 bis 18.00 Uhr · 16.9.2011 · € 135.– · Brennpauschale € 6.– bei der Anmeldung zu zahlen · 8 Plätze · ♿

Drehen und Rakutechnik
Sie werden fasziniert sein vom Spiel der Flammen und überrascht von den wunderschönen Oberflächen, die sich durch das Abräuchern der Gefäße ergeben. Am ersten Wochenende werden Gefäße gedreht, abgedreht, versäubert, mit Engoben dekoriert, facettiert, kanneliert und poliert. Am zweiten Wochenende wird glasiert und in der Rakutechnik gebrannt. Dies findet außerhalb Münchens statt.
Die Auswärtsadresse: Teresa Wirth c/o Atelier Severin, Brunnenstraße 23, 82541 Holzhausen/Münsing.
Bitte mitbringen: Handtuch, Arbeitskleidung, feste Schuhe.
Das Material ist im Kurs erhältlich und wird nach Verbrauch abgerechnet.

EM 7135 – Wochenendwerkstatt – Milbertshofen
Teresa Wirth · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · Glasurtermin: sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 23.7.2011 · € 142.– · Brennpauschale € 6.– bei der Anmeldung zu zahlen, einschließlich Werkstattkosten für den dritten Tag · 8 Plätze · ♿

Farbenfrohes Keramikmosaik
Tischplatten, Spiegelrahmen oder Wandgestaltung
Bringen Sie eigene Tonscherben mit oder kramen Sie in meiner Restekiste nach schönen Ornament- und Farbkacheln. Ich berate Sie beim Entwurf und beim professionellen Auslegen Ihrer Mosaikidee. Durch ein einfaches Wendeverfahren liegen dann alle Kacheln auf der Schauseite exakt spiegelglatt. Als Anregung zeige ich Ihnen Fotos von exemplarischen Arbeiten.
Bitte mitbringen: falls vorhanden, eigene Tonscherben oder -kacheln, Arbeitskleidung, eine Trägerplatte ca. 40 x 40 cm oder einen geeigneten Rahmen.
Für die Kacheln aus der Restekiste sind etwa € 2.– bis € 4.– zu bezahlen. Trägerplatte ca. € 6.– für 40 x 40 cm, Kacheln € 2.– bis € 4.–

EM 7284 – Sonntagswerkstatt – Milbertshofen
Gerald Hablizel · Volkshochschule · Atelier Frohschammerstr. 14a · so 11.00 bis 18.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 10.7.2011 · € 42.– · 8 Plätze · ♿

Gold- und Silberschmieden

Die Grundausstattung an Werkzeugen stellt die Münchner Volkshochschule. Kleine Mengen an Grundmaterialien, die nach Verbrauch abgerechnet werden, können die Teilnehmer/innen im Kurs erwerben.

Goldschmieden – Ringe
Aus hochkarätigem Gold und Sterlingsilber fertigen Sie Fingerschmuck nach eigenem Entwurf, dessen Ausführbarkeit aber gemeinsam besprochen wird. Bei der Gestaltung unterschiedlicher Ringformen werden verschiedene Techniken des Goldschmiedens gezeigt.
Gold und Silber ist in der Werkstatt erhältlich. Kosten nach Verbrauch.
Verbrauchsmaterialkosten für Sägeblätter, Bohrer, Wachsmaterial etc. sind im Kurs zu zahlen.

EG 7334 – Wochenendwerkstatt – Innenstadt
Thomas Proft · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 9 Plätze · ♿

Schmuck als Objekt – Sinnlichkeit und Sachlichkeit
Goldschmieden mit edlen und einfachen Materialien. Vermittlung von Grundregeln dreidimensionaler Gestaltung. Die Entwürfe werden gemeinsam erarbeitet und individuell ausgeführt.

EG 7350 – Ferienwerkstatt – Innenstadt
Jan Wehrens · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 8.8. bis 12.8.2011 · € 183.– · 10 Plätze · ♿

Gold und Silber 1
für Anfänger/innen
Sie können ein Schmuckstück nach eigenen Ideen herstellen. Die handwerklichen Techniken wie Treiben, Verformen, Sägen, Schneiden, Feilen werden vermittelt. Werkzeuge werden gestellt.
Silber ist in kleinen Mengen im Kurs erhältlich. Verbrauchsmaterialkosten für Sägeblätter, Bohrer, Wachsmaterial etc. sind im Kurs zu zahlen.

EN 7402 – Wochenendwerkstatt – Am Hart
Jutta Lenich-Frei · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 82.– · Vorbesprechung der Projekte bitte spätestens eine Woche vor Kursbeginn mit der Kursleiterin abklären, Telefon (089) 2800059 · 10 Plätze · ♿

Schmuck aus Silber und Gold
Sie lernen den materialgerechten Umgang mit den unterschiedlichen Edelmetallen und Schmucksteinen. Es können eigene Entwürfe verwirklicht werden.

EW 7446 – Wochenendwerkstatt – Laim
Sabrina d'Agliano · Volkshochschule · Fürstenrieder Str. 53 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Sondertechniken

Perlenschmuck
Sie erlernen aus echten Perlen, Korallen und Halbedelsteinen edle Colliers, einfache Ketten, Armbänder oder eng anliegende „Chokers" zu gestalten, die Sie mit Zwischenteilen und Verschlüssen ergänzen können. Das benötigte Material kann im Seminar erworben werden. Oder Sie bringen aus Ihrem Schmuckkästchen Perlen und alles mit, was sich fädeln lässt, denn neue Ideen ergeben sich oft aus den vorhandenen Schätzen.

EN 7473 – Wochenendwerkstatt – Schwabing
Sabine Mittermayer · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 70.– · 12 Plätze · ♿

Glasblumen in der Tiffanytechnik
Künstlerische Objekte für Haus und Garten
Setzen Sie fröhliche Farbakzente in Ihrem Garten – mit leuchtenden Glasarbeiten, bunten Objekten oder fröhlichen Mobiles, die man in den Baum hängen kann. Gearbeitet wird in der klassischen Tiffanytechnik: Glas schneiden, schleifen, mit Kupferfolie versehen, löten und patinieren. Sie gestalten nach vorhandenen Vorlagen oder eigenen Entwürfen. Geeignet auch für Anfänger/innen.
Das Material ist im Kurs erhältlich. Die Kosten dafür werden nach Verbrauch berechnet (ca. € 15.– bis € 30.–).
Bitte mitbringen: alten Baumwollstoff ca. 50/80 cm, Arbeitskittel; wer hat, Flachglas jeglicher Art.
Gestaltungsbeispiele unter www.atelier-rot.de.
Nähere Information erteilt die Dozentin unter Telefon (0 81 41) 2 25 59 10.

EN 7520 – Wochenendwerkstatt – Freimann
Edeltraud Streich · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · sa/so 10.00 bis 16.00 Uhr (jeweils mit einer halben Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 72.– · 9 Plätze

Vogelhäuser à la Hundertwasser
Nach vorgegebenem Modell oder nach eigenem Entwurf entsteht ein Vogelhaus aus Massivholz in Brettbauweise, das nach der Fertigstellung mit bunter Bemalung zum echten Hingucker wird. Der praktische Umgang mit Bohrmaschine, Akkuschrauber, Stichsäge wird geübt. Werkzeuge und Maschinen sind vorhanden. Materialkosten nach Verbrauch ca. € 15.– bis 25.–.
Bitte mitbringen: Papier, Bleistift, Lineal, Taschenrechner, Zollstock. Weiteres Material wird am ersten Abend besprochen. Beispiele siehe unter www.atelier-rot.de. Bei Fragen bitte die Dozentin anrufen, Telefon (0 81 41) 2 25 59 10.

ES 7755 – Wochenendwerkstatt – Sendling
Edeltraud Streich · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · Vorbesprechung: mi 18.30 bis 20.30 Uhr · 7.9.2011 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · so 10.00 bis 14.00 Uhr · 10./11.9.2011 · € 76.– · 8 Plätze · ♿

Vergolden klassisch
Nach einer einführenden Materialkunde und Vorbereitungsarbeiten werden Sie in die Technik der Mixtion- oder Ölvergoldung eingewiesen. Gearbeitet wird an kleinen Übungsstücken, die Sie selbst mitbringen oder vor Ort kaufen können, z. B. Bilderrahmen, Engelchen, Kerzenständer etc.
Bitte mitbringen: Zeichenutensilien, Schere, Borsten- und Acrylpinsel verschiedener Größen, Acryl- oder rote Abtönfarbe, falls vorhanden, leere Gläser. Ein Vergolderwerkzeug wird im Kurs für € 48.– angeboten. Das Gold, erhältlich in Heftchen, muss separat berechnet werden, da der Verbrauch individuell ist; Kosten pro Heftchen ca. € 20.– bis € 25.–.

EG 7860 – Wochenendwerkstatt – Innenstadt
Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 82.– · 8 Plätze · ♿

Aloha Nui und Alpenwurz
Kunstblumen aus gefaltetem Papier
Rosen, Tulpen Nelken, alle Blumen welken … nur unsere nicht. Die sind nämlich aus Papier, sozusagen Allzeitblütler. Ob als kunstvolles Einzelstück oder als bunt zusammengesteckter Strauß, sie sind einfach wunderschön. Und das Erstaunliche daran ist: Jede Blüte ist aus einem quadratischen Stück Papier gefaltet, nicht geklebt. Ein wirklich sommerliches Vergnügen, auch für Leute, die sich noch niemals mit dieser Kunst beschäftigt haben.
Farbige Faltpapiere in verschiedenen Größen sind im Kurs zu erwerben.
Bitte mitbringen: Zeichenutensilien, Lineal, Schere oder Cutter, Geodreieck oder Winkel.

EG 7935 – Wochenendwerkstatt – Innenstadt
Jan Spütz · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 61.– · 14 Plätze · ♿

Kunstblüten und Blütenkunst
Blumen binden und malen
„Wie malerisch" denkt man sich mitunter angesichts bunter Sträuße. Wir nehmen dies auf und laden zu einer höchst ungewöhnlichen Veranstaltung ein, die Floristik und Malerei zusammenführt. Aus zarten Gräsern, Blumen der Jahreszeit, Blättern und Beiwerk, aus Materialien, die wir in unserem Sommergarten vorfinden, wird ein Blumenarrangement gesteckt.
Dieses Gesteck wird im zweiten Teil der Veranstaltung zur Vorlage für malerische Arbeiten. Mit Acrylfarben (evtl. auch Aquarellfarben) werden wir unsere eigenen Sträuße zu Papier bringen. Wir werden Farbe, Licht und Schatten einfangen und einen Sommertag voll sinnlicher Genüsse erleben. Floristikmaterial ist im Kurs erhältlich und kann nach Verbrauch abgerechnet werden. Für die künstlerische Arbeit bringen Sie bitte Ihre Malausrüstung und geeigneten Malgründe/-papiere mit.

ES 7980 – Samstagswerkstatt – Sendling-Westpark
Waltraud Grünwald/Cornelia Patschorke · VHS-Garten im Westpark · Eingang Nestroy-/Zillertalstr. · sa 10.00 bis 13.00 und 14.00 bis 17.00 Uhr · 6.8.2011 · € 35.– · 12 Plätze

Die Schmuckwerkstatt
Für Jugendliche ab 12 Jahren
Hier kannst du einen Ring aus echtem Silber schmieden. Dabei wirst du die wichtigsten Goldschmiedetechniken kennenlernen. Der Kursleiter stellt dir Musterformen zur Verfügung, die du kopieren kannst – oder du entwickelst eine eigene Form. Die fertigen Stücke eignen sich auch fantastisch als Geschenk.
Silber ist im Kurs erhältlich. Kosten nach Verbrauch ca. € 15.–.

EG 7452 – Wochenendwerkstatt – Innenstadt
Jan Wehrens · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 11.00 bis 15.00 Uhr · 30./31.7.2011 · € 44.– · Ermäßigte Kursgebühr · 8 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Workshop Wohnraumgestaltung
Möchten Sie Ihre Wohnung neu gestalten oder beziehen Sie eine neue Wohnung? Müssen Sie mit weniger Platz auskommen und möchten trotzdem die wichtigen und liebgewonnenen Gegenstände unterbringen? Möchten Sie Ihre Wohnung funktional, aber auch geschmackvoll einrichten, in der Sie auch später noch gut leben können? Oder sind Sie einfach neugierig auf neue Wohnideen? Wir besprechen, wie man durch Farbgebung, Einrichtung und Beleuchtung einen Raum optimal gestaltet. Durch Beispiele und individuelle Beratung erhalten Sie vielfältige Entscheidungshilfen für Ihre speziellen Gestaltungsfragen. Bitte bringen Sie je nach Bedarf Grundrisse und Fotos mit.

EN 7961 – Schwabing
Gerda Blodig · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 2 x mi 15.30 bis 18.00 Uhr · 13.7. und 20.7.2011 · € 19.– · 10 Plätze

MVHS im Museum

Das Führungsnetz
Führungen in Münchner Museen, Sammlungen und aktuellen Ausstellungen, die spontan ohne Anmeldung zu den angegebenen Zeiten besucht werden können.
Unsere erfahrenen und gut ausgebildeten Dozent(inn)en der Fachbereiche Kunstgeschichte, Geschichte, Archäologie, Ethnologie und Museumspädagogik führen Sie durch die Ausstellungen und Museen. Sie bekommen einen Überblick und Hintergrundinformationen über die ausgestellte Kunst und ihre kulturhistorischen Zusammenhänge. Daneben besteht genügend Raum für Fragen und Gespräche.

In der Regel dauern die Führungen 90 Minuten.
Treffpunkt: Kassenraum des Museums
Führungspreis € 6.– pro Führung (falls nicht anders angegeben), keine Anmeldung.

Die Karten sind im Museum bei unseren Dozent(inn)en erhältlich. Der Eintritt ins Museum ist im Führungspreis nicht inbegriffen. Bitte lösen Sie deshalb Ihre Eintrittskarte ins Museum zusätzlich. Führungszeiten können sich ändern.

Auskunft und Information:
Telefon: (089) 44478 0-10/51
Telefax: (089) 44478 0-80
E-Mail: fuehrungen@mvhs.de
www.mvhs.de/fuehrungsnetz

Kunsthalle der Hypo-Kulturstiftung
Theatinerstraße 8; U-Bahn Odeonsplatz, Tram 19
Treffpunkt: Kassenraum im Erdgeschoss

Kosmos Runge – Der Morgen der Romantik
13.5. bis 4.9.2011
montags und samstags 11.30 Uhr
dienstags, donnerstags und freitags 15.30 Uhr
mittwochs 18.30 Uhr
Die Kunsthalle der Hypo-Kulturstiftung zeigt erstmals in München eine umfassende Retrospektive des Romantikers Philipp Otto Runge (1777–1810). Das jung verstorbene Genie war von der Vision beseelt, die Künste von Dichtung, Malerei, Musik und Architektur in einem Gesamtkunstwerk zu vereinen, und betrat damit künstlerisches Neuland. Runge gilt als einer der vielseitigsten Künstler des 19. Jahrhunderts und war einer der wichtigsten Impulsgeber für nachfolgende Generationen.

Führungen
Führungsteam · Kunsthalle der Hypo-Kulturstiftung · Theatinerstr. 8 · 13.5. bis 4.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– nur in der Kunsthalle · Zuzüglich Eintritt

Dürer – Cranach – Holbein – Die Entdeckung des Menschen: Das deutsche Porträt um 1500
16.9.2011 bis 15.1.2012
montags und samstags 11.30 Uhr
dienstags, donnerstags und freitags 15.30 Uhr
mittwochs 18.30 Uhr
Das Kunsthistorische Museum Wien und die Kunsthalle der Hypo-Kulturstiftung zeigen in dieser Ausstellung hochkarätige Kunstwerke – darunter Gemälde Albrecht Dürers, Lucas Cranachs d. Ä. und Hans Holbeins d. J. sowie Meisterwerke der Bildhauerei und Zeichenkunst. Die Werke lassen nachvollziehen, wie der Mensch um 1500 ins Zentrum des künstlerischen Interesses rückte und Künstler zu Entdeckern und Erfindern des Menschen avancierten.

Führungen
Führungsteam · Kunsthalle der Hypo-Kulturstiftung · Theatinerstr. 8 · 16.9.2011 bis 15.1.2012 · Keine Anmeldung · € 6.– nur in der Kunsthalle · Zuzüglich Eintritt

Museum Villa Stuck
Prinzregentenstraße 60; Bus 100, Tram 18,
U4 Prinzregentenplatz, U4/5 Max-Weber-Platz
Treffpunkt: Eingangsbereich

Die Villa Stuck – Die Historischen Räume
Die Historischen Räume, Franz von Stucks altes Atelier sowie der Künstlergarten. Franz von Stuck (1863–1928) errichtete 1897/98 als 34-jähriger Maler, Grafiker und Bildhauer nach eigenen Entwürfen auf der Isaranhöhe seine außergewöhnliche Künstlervilla mit privaten Wohn- und Repräsentationsräumen sowie Künstleratelier. Das Haus ist Ausdruck des Lebensgesamtkunstwerks von Franz von Stuck und zählt zu den Höhepunkten in der Geschichte der Künstlerhäuser.

Führungen
Führungsteam · Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 17.7., 31.7., 14.8., 28.8., 11.9., 25.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– nur im Museum · Zuzüglich Eintritt

Street Life and Home Stories
Fotografien aus der Sammlung Goetz
2.6. bis 11.9.2011
Erstmalig wird die herausragende Fotosammlung der Sammlung Goetz in einer umfassenden Überblicksschau öffentlich präsentiert. Unter dem Titel „Street Life and Home Stories" werden Werke von rund dreißig Künstlerinnen und Künstlern gezeigt. Die Stadt, die Straße und das häusliche Umfeld verwandeln sich in eine Bühne für den Augenblick, die Interaktion von Mensch und Umgebung, die Personifizierung von Orten zeigt sich in den Arbeiten von Evelyn Hofer oder in den Aufnahmen der amerikanischen Stadt „Trona" von Tobias Zielony. Tendenzen und Wechselwirkungen zwischen den Epochen erlauben die Gegenüberstellung von bedeutenden Fotokünstlern wie August Sander mit Gegenwartskünstlern wie Wolfgang Tillmans oder Ed van der Elsken, sie geben aber auch den Blick frei auf die Sammlerin Ingvild Goetz.

Führungen
Führungsteam · Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · so 11.00 bis 12.30 Uhr · 2.6. bis 11.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– nur im Museum · Zuzüglich Eintritt

Kunstbau – Städtische Galerie im Lenbachhaus
U-Bahnhof Königsplatz
Treffpunkt: Eingangsbereich vor den Kassen

Mondrian und De Stijl
16.4. bis 15.8.2011
freitags und samstags jeweils 16.00 Uhr, € 3.–
Angemeldete Personen haben Vorrang. Anmeldung nur möglich unter www.lenbachhaus.de/vermittlung
Neben dem Bauhaus hat wohl keine andere Bewegung der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts unseren Alltag so sehr beeinflusst wie die „De-Stijl"-Gruppe um Piet Mondrian und Theo van Doesburg. Im Zentrum der Schau steht zum einen der Weg von Mondrian in die Abstraktion. Zum anderen wird der interdisziplinäre Ansatz von De Stijl anhand von historischen Möbeln, Kleidung, Architekturzeichnungen und -modellen herausgestellt.

Führungen
Führungsteam · Kunstbau, Städtische Galerie im Lenbachhaus · 16.4. bis 15.8.2011 · € 3.– nur im Kunstbau · Zuzüglich Eintritt

,

Münchner Stadtmuseum
St.-Jakobs-Platz 1; U-/S-Bahn Marienplatz oder Sendlinger Tor
Treffpunkt: Foyer

Typisch München!
Mit der Dauerausstellung „Typisch München!" erfüllte das Münchner Stadtmuseum einen lange gehegten Wunsch: Erstmals wurde die Kulturgeschichte Münchens von ihrer Gründungslegende bis zur Gegenwart in einem Rundgang zusammengeschlossen, der auf drei Etagen durch das ausstellungstechnisch modernisierte und von Grund auf sanierte Zeughaus am St.-Jakobs-Platz führt.
Im Sinn einer „Best of"-Auswahl werden ausschließlich Werke aus den eigenen überaus facettenreichen Sammlungen präsentiert und in ihren jeweiligen stadtgeschichtlichen Zusammenhang gestellt.

Führung
Martina Sepp · Münchner Stadtmuseum · St.-Jakobs-Platz 1 · so 11.00 bis 12.30 Uhr · 11.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– nur im Museum · Zuzüglich ermäßigter Eintritt

Bernd und Hilla Becher
Bergwerke und Hütten
20.5. bis 11.9.2011
Das Ehepaar Bernd und Hilla Becher hat über vierzig Jahre an einer Bestandsaufnahme der Industriearchitektur im Ruhrgebiet, insbesondere den für diese Region typischen Bergwerken und Stahlhütten gearbeitet. Zum ersten Mal wird in einer Ausstellung dieser Bereich ihres Schaffens systematisch erschlossen. Dabei konzentriert sich die Werkschau nicht auf einzelne Gebäude, sondern nimmt die Anlagen als ganze und ihre Situierung innerhalb des Stadt- oder Naturraums in den Blick. Dieser von den Bechers „Industrielandschaft" genannte Bildtypus stellt das Ruhrgebiet in Bezug zu vergleichbaren Komplexen in Bayern und anderen Regionen Deutschlands, in Europa und den USA.

Führungen
Führungsteam · Münchner Stadtmuseum · St.-Jakobs-Platz 1 · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 17.7., 7.8., 28.8. und 11.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– nur im Museum · Zuzüglich
ermäßigter Eintritt

Fächerflirt – Die Sache mit den Codes
15.7.2011 bis 8.1.2012
Für die Damen des Rokoko, Empire, Biedermeier und der Belle Epoque war das Spiel mit dem Fächer ein gesellschaftliches Muss. Neben den originalen, teils farbenfrohen und originellen Fächern wird die Schau durch zahlreiche historische Modeabbildungen zum Thema Fächer abgerundet. Auch Gemälde, Plakate und Modefotografien werden zu sehen sein.

Führungen
Führungsteam · Münchner Stadtmuseum · St.-Jakobs-Platz 1 · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 24.7., 21.8. und 18.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– nur im Museum · Zuzüglich ermäßigter Eintritt

Jüdisches Museum München
St.-Jakobs-Platz 16; S- und U-Bahn Marienplatz
Treffpunkt: Kasse

Das Komplette
Überblicksführung durch das gesamte Haus mit Einblicken in die Dauerausstellung „Stimmen_Orte_Zeiten" über jüdische Geschichte und Kultur in München, aktuelle Wechselausstellungen und das Selbstverständnis des Museums.
Bis 6. November 2011 ist die Ausstellung „Das war spitze! Jüdisches in der deutschsprachigen Fernsehunterhaltung" zu sehen. Es geht darin um eine phänomenologische Beschäftigung mit dem Medium Fernsehen. Im Fokus steht die öffentliche Inszenierung von sogenannten Medienfiguren, ob als „real existierende Jüdinnen und Juden" oder als „fiktiv inszenierte Filmfiguren" auf dem Fernsehbildschirm. Die Ausstellung stellt ein Panoptikum von (filmischen) Einstellungen vor und beleuchtet sie neu. Gleichzeitig ist es auch eine mentalitätsgeschichtliche Reise durch die vergangenen sechs Jahrzehnte Fernsehunterhaltung und ihr ganz eigener Umgang mit „Jüdischem" und Juden.

Führungen
Führungsteam · Jüdisches Museum · St.-Jakobs-Platz 16 · so 15.00 bis 16.30 Uhr · Keine Anmeldung · € 6.– nur im Museum · Zuzüglich Eintritt

Überblicks- und Themenführungen in Museen und aktuellen Ausstellungen

Die Sammlung Goetz
Ein Besuch in der privaten Sammlung internationaler, zeitgenössischer Kunst. Das 1993 von Herzog & de Meuron errichtete Museumsgebäude gilt heute als ein bemerkenswerter Beitrag zur Architektur des ausgehenden 20. Jahrhunderts. Im halbjährlichen Wechsel präsentiert dort Ingvild Goetz der Öffentlichkeit ihre Sammlung. Karsten Löckemann, Kunsthistoriker und Kurator, Mitarbeiter seit 2004, spricht sowohl über seinen Tätigkeitsschwerpunkt Fotografie als auch über die Geschichte der Sammlung und Ingvild Goetz' Sammelleidenschaft.

EO 5765 E – Führung
Karsten Löckemann · Treffpunkt: Sammlung Goetz · Oberföhringerstr. 103 · sa 11.30 bis 13.00 Uhr · 3.9.2011 · € 6.– · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Bildmotiv: Nan Goldin, Misty + Jimmy Paulette in the Taxi, NYC, 1991.
Courtesy Sammlung Goetz

Exhibition tour in English
Street Life and Home Stories
Photography from the Goetz Collection
For the first time a survey show of the outstanding photography collection of the Goetz Collection is on view at the Villa Stuck. Works of 30 artists have been chosen under the thematic title of Streetlife and Homestories – the city, the street and the home as the stage for interaction between man and his surroundings. Classic photography meets the contemporary in the choices of collector Ingvild Goetz.

EM 5790 E – Exhibition tour – Haidhausen
Alexandra Koch · Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · so 15.00 bis 16.30 Uhr · 11.9.2011 · € 8.– · in addition to the entrance fee · registration requested · 16 Plätze

Die Sammlung Brandhorst im Kunstareal
In direkter Nachbarschaft zur Pinakothek der Moderne, ist ein neues Kunstmuseum errichtet worden. Erkunden Sie das Gebäude, erfahren Sie mehr über die Intentionen der Architekten Sauerbruch Hutton und lassen Sie das Zusammenspiel von Kunst und Architektur auf sich wirken. Der Rundgang bietet die Chance, Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts im pointierten Überblick und der bewussten Fokussierung auf Einzelpositionen zu sehen. Bedeutende Werke wegweisender Künstler des 20. Jahrhunderts – Pablo Picasso, Cy Twombly, Sigmar Polke, Damian Hirst und viele andere – sind zu sehen.

EM 5768 E – Kunsttreff – Innenstadt
Ursula Simon-Schuster M.A. · Museum Brandhorst · Theresienstr. 35 · so 11.00 bis 12.30 Uhr · 18.9.2011 · € 6.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Toilette der adligen Damen
Kaiserin Maria Amalia nimmt nach dem morgendlichen Aufstehen das Frühstück ein, widmet sich der Körperpflege, lässt sich schminken, frisieren, pudern und benutzt dazu eine Fülle kostbarer Utensilien, die der Florentiner Meister Giovanni Battista Foggini für sie aus vergoldetem Silber, Lapislazuli und Edelsteinen geschaffen hat. Wie muss man sich die morgendliche Toilette vorstellen? Wie sah es mit der Zahnpflege aus? Und welche Geräte nahm man mit auf Reisen, waren also ganz unentbehrlich? Das Reiseservice, das Napoléon seiner Gemahlin Marie Louise zur Hochzeit schenkte, gibt darüber Auskunft. Die Geschichte der Hygiene ist ebenso Thema der Führung wie die Funktion der vielfältigen Toilettenartikel der adligen Dame.

EM 5775 E – Führung – Innenstadt
Maria Jenkin-Jones M.A. · Treffpunkt: Residenzmuseum, Kassenhalle · sa 15.00 bis 16.30 Uhr · 24.9.2011 · € 6.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Senioren Volkshochschule

MeistersWerke: Die Ausstellung „Street Life and Home Stories" mit Jochen Meister
Menschen auf der Straße oder in ihrem Zuhause, in alltäglichen Szenen oder kostümiert und maskiert: Fotografien setzen Personen ins Bild, ob alleine oder als Teil einer Gruppe. Schon früh hat die Kunstsammlerin Ingvild Goetz sich für die fotografischen Werke sehr unterschiedlicher Künstler interessiert. Aus der umfangreichen Sammlung zeigt das Museum Villa Stuck Fotos, die sich mit Lebensgeschichten und deren Orten befassen. Sie werden zu „Bühnen für den Augenblick" verwandelt. Das Spektrum reicht von klassischen Fotografien der 1920er Jahre wie von August Sander (1876–1964) bis zu Arbeiten der Gegenwart, z. B. von Wolfgang Tillmans (geb. 1968). Die Ausstellungsführung lädt besonders Menschen mit Lebenserfahrung zu einer intensiven Begegnung mit den Originalen ein. Weitere Informationen finden Sie auch unter www.meisterswerke.de

EO 5799 E – Führung – Haidhausen
Jochen Meister M.A. · Für Senior(inn)en · Museum Villa Stuck · Prinzregentenstr. 60 · fr 11.00 bis 12.30 Uhr · 2.9.2011 · € 6.– · Zuzüglich ermäßigter Eintritt · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Erklär mir mein Meisterwerk!
Nach einem kurzen Rundgang durch die Barock-Abteilung der Alten Pinakothek unterhalten wir uns über Ihre Lieblingsbilder. Vielleicht ist es eine Spontanentdeckung, vielleicht verbindet sich mit dem Bild eine längere Geschichte, die Sie uns erzählen möchten. Auf jeden Fall bestimmen Sie, welche Bilder wir uns genauer ansehen werden. Wir freuen uns auf eine spannende Entdeckungsreise durch die Welt barocker Malerei und ein interessantes Kunstgespräch. Bitte teilen Sie uns möglichst bis 15. August 2011 mit, welches Bild Sie besprechen möchten. Telefon: (089) 44 47 80-10/51 oder E-Mail: fuehrungen@mvhs.de

EM 5810 E – Kunstgespräch – Innenstadt
Dr. Dorothée Siegelin · Alte Pinakothek · Barer Str. 27 · so 10.30 bis 12.30 Uhr · 4.9.2011 · € 8.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung erwünscht · 16 Plätze

Kunst- und Kulturgeschichte

Einführung in die Kunstgeschichte
Kunstgeschichte intensiv für Anfänger/innen
Wir entführen Sie in die herrliche Vielfalt der abendländischen Kunst und zeigen Ihnen, woran Sie erkennen, in welchem Stil ein Kunstwerk geschaffen wurde. Zugleich lernen Sie dessen Geschichte, Aussage und tiefere Bedeutung kennen. Dabei steht je nach Epoche Malerei, Plastik oder auch Architektur im Mittelpunkt mit interessanten Einblicken in das Leben der Künstler, in die europäische Geschichte und Kultur. Nach diesem Seminar können Sie Meisterwerke wie Stilepochen zuordnen und leichter mitreden, wenn es um Kunst und Kultur geht.

ES 4012 – Studienkurs – Sendling
Dr. Dorothée Siegelin · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis do 9.30 bis 12.30 Uhr · 25.7. bis 28.7.2011 · € 50.– · 16 Plätze · ♿

Kunstepochen und -strömungen

Renaissance – kurz gefasst
Die Renaissance war ein Paukenschlag. Sie öffnete die Tore für neue Wege in Kunst, Wissenschaft, Philosophie, die von genialen Zeitgenossen wie Michelangelo, Leonardo da Vinci oder Raffael mutig beschritten wurden. Sie ließen die Gotik hinter sich, entdeckten die Werke und Ästhetik der Antike für sich und schufen Meisterwerke voller Energie und Kraft. Eine Epoche voller Dynamik, Magie und hinreißender Schönheit, die Sie begeistern wird.

EG 4091 – Vortragskurs – Innenstadt
Dr. Hans Schlagintweit · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo/di 10.00 bis 13.00 Uhr · 1./2.8.2011 · € 27.– · 20 Plätze · ♿

Barock – kurz gefasst
Die Ära des Barock war eine Zeit der opulenten Inszenierungen: Der erste Akt spielte in Rom, wo die Päpste im Rahmen der Gegenreformation Gott und sich selbst verherrlichen ließen. Am Hofe des Sonnenkönigs Ludwig XIV. wurde mit barocken Bauwerken, Musik, Kunst und prächtigen Festen geprotzt, während die Niederlande ihr Goldenes Zeitalter erlebten. Der Spagat zwischen Lebenslust und Todesfurcht spornte Künstler wie Rubens, Caravaggio oder Rembrandt zu wahren Meisterwerken an – voller Intensität, dramatischen Lichteffekten und Theatralik.

EG 4093 – Vortragskurs – Innenstadt
Dr. Hans Schlagintweit · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo/di 10.00 bis 13.00 Uhr · 8./9.8.2011 · € 27.– · 20 Plätze · ♿

Moderne Kunst – kurz gefasst
Nichts ist spannender als moderne Kunst! Doch die Vielfalt an unterschiedlichen Stilen und Künstlerpersönlichkeiten ist auch verwirrend. Daher zeigen wir Ihnen wie sich alles entwickelte – beginnend mit dem Jugendstil, den Künstlergruppen Blauer Reiter und Brücke, den wilden 1920er Jahren, dem Surrealismus bis hin zur aufregenden Kunstszene nach 1945 mit Pop-Art (Andy Warhol), abstraktem Expressionismus (Mark Rothko), Minimal Art (Dan Flavin), Fluxus und dem erweiterten Kunstbegriff von Joseph Beuys.

EG 4095 – Vortragskurs und Führung – Innenstadt
Dr. Dorothée Siegelin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di/mi/do 10.00 bis 13.00 Uhr · 6./7./8.9.2011 · € 38.– · Zuzüglich Eintritt · Führung am 8.9.2011 in die Pinakothek der Moderne · 21 Plätze

Architektur und Design

Fit für den Urlaub: Architektur und Baustile erkennen
Anhand eines konzentrierten Streifzugs durch die großen europäischen Architekturepochen lernen Sie, Baustile historischer Gebäude zu erkennen und Architektur mit anderen Augen zu sehen. So steht dem ganzheitlichen Genuss von Kirchen, Schlössern oder Tempeln nichts mehr im Wege.

ES 4202 – PowerPoint-Präsentation – Sendling
Dr. Dorothée Siegelin · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 23.7.2011 · € 27.– · 18 Plätze · ♿

Meilensteine der Architekturgeschichte: von der Urhütte zur Renaissance zum Wolkenkratzer
Anhand interessanter Details und spannender Anekdoten blicken wir hinter die schönen Fassaden der wichtigsten Bauwerke der Menschheitsgeschichte. Jedes Bauwerk, jeder Baumeister birgt Interessantes in sich, oft Spannendes. Dabei wird das Typische eines Baustils sichtbar. Durch den Vergleich von architektonischen Meisterwerken verschiedener Epochen lässt sich die Entwicklung architektonischer Baustile eindrucksvoll nachvollziehen. Ein Leckerbissen für jeden Architekturliebhaber, den Sie nicht verpassen sollten!

EG 4204 – PowerPoint-Präsentation – Innenstadt
Dr. Kaija Voss · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis do · 10.00 bis 13.00 Uhr · 19.9. bis 22.9.2011 · € 50.– · 18 Plätze · ♿

Architektur in München

Architekturjuwele in Schwabing aus Jugendstil und Gründerzeit
Schwabing verzaubert! Wunderschöne Jugendstil- und Gründerzeitbauten verleihen dem legendären Viertel einen einzigartigen Charme, der Ende des 19. Jahrhunderts viele bedeutende Künstler und Literaten anlockte. „München leuchtete" schrieb Thomas Mann, auch über die Architektur jener Zeit. Er wohnte in Schwabing, wo sich der Jugendstil in seiner vielleicht schönsten Form entfaltete und München als eines der „modernen" Zentren berühmt machte. Anhand von alten und neuen Aufnahmen lassen wir die goldene Zeit Münchens um 1900 wieder aufleben.

EN 4207 E – Diavortrag – Schwabing
Dr. Dieter Klein · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 22.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze

Spaziergang zu Architekturjuwelen Schwabings
Es gibt kaum etwas Schöneres, als durch Schwabing zu spazieren und dessen wunderschöne Jugendstil- und Gründerzeitbauten zu bewundern. Auf den Spuren großer Architekten und der Schwabinger Bohème zur Zeit um 1900 spürt man die Aura und den Flair von damals noch heute – auch wenn sich seither viel veränderte. Geblieben sind Meisterwerke der Jugendstilarchitektur und beeindruckende Bauten aus der Gründerzeit, die Schwabing ein prachtvolles, großbürgerliches Erscheinungsbild geben. Kommen Sie mit uns und lassen auch Sie sich verzaubern.

EN 4208 E – Kulturspaziergang – Schwabing Nord
Dr. Dieter Klein · Treffpunkt: im Garten der Seidlvilla, Nikolaiplatz 1b · sa 15.00 bis 17.00 Uhr · 23.7.2011 · € 8.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Meisterwerke der Gartenbaukunst

Goethes Gartenkunst in Weimar
Als Goethe 1775 nach Weimar kam, verliebt er sich in sein späteres Gartenhaus, das heute zum UNESCO-Weltkulturerbe „Klassisches Weimar" gehört. Inspiriert durch gartenkünstlerische Ideen englischer Landschaftsgärten pflanzte Goethe hier ein grünes Paradies und arbeitete an Stücken wie „Iphigenie auf Tauris", „Egmont" und „Torquato Tasso" oder an Gedichten wie „An den Mond", „Rastlose Liebe" und „Jägers Abendlied". Angereichert mit Anekdoten und einer Lesung aus Goethes „Wahlverwandtschaften" entführen wir Sie an diesen wunderschönen Ort.
In Zusammenarbeit mit der Gasteig München GmbH.

EG 4214 E – PowerPoint-Präsentation – Innenstadt
Dr. Dorothée Siegelin/Walter Zauner · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · so 20.00 bis 21.30 Uhr · 24.7.2011 · Gebührenfrei · 20 Plätze · ♿

Eine kleine Geschichte der Gartenkunst des Altertums
Erste Beispiele der Gartenkunst finden sich im Alten Ägypten, wo Pyramiden von umfangreichen Gartenanlagen umgeben waren. Später entstanden im Alten Orient und bei den Griechen Meisterwerke dieser sensiblen Kunstform. Im Alten Rom wurden um Villen große Parkanlagen angelegt – oft mit Wasserspielen, die meist von einer Säulenhalle gefasst waren. Sie dienten zugleich als Tiergärten mit Fischteichen, Sitzplätzen und Gartenhäuschen zum Betrachten der Schmuckvögel. Eine Reise in die Vergangenheit, die nicht nur Gartenliebhaber begeistern wird.

EG 4216 E – Diavortrag – Innenstadt
Volker Hennig M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 20.00 bis 21.30 Uhr · 28.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Villa Adriana und Villa d'Este
Die Villa Adriana, als Alterssitz des Kaisers Hadrian konzipiert, ist in ihrer landschaftlichen Schönheit, Weitläufigkeit und architektonischen Vielfalt ein einzigartiges Beispiel römischer Villenbaukunst. Auf einem Bergrücken über ihr befindet sich die Villa d'Este in Tivoli. Sie wurde während der Renaissance mit verschwenderischen, wunderschönen Wasserspielen erbaut. Ihr Giardino all'italiana gilt als herausragendes Meisterwerk italienischer Gartenkunst. Kommen Sie und lassen Sie sich von der atemberaubenden Schönheit dieser Orte verzaubern.

EG 4218 E – Diavortrag – Innenstadt
Volker Hennig M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 20.00 bis 21.30 Uhr · 4.8.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Kulturen Europas

Kunst- und Kulturstädte Europas
Urbino – Musenhof der Renaissance
Urbino, die Geburtsstadt Raffaels, war einer der „Musenhöfe" der Renaissance. In der zweiten Hälfte des 15. Jahrhunderts förderte hier Herzog Federico da Montefeltro Kunst und Literatur. Künstler wie Piero della Francesca, Francesco di Giorgio oder Raffaels Vater Giovanni Santi gingen hier ein und aus. So entstand eine reiche Kunstsammlung, die sich heute im ehemaligen Herzogpalast Urbinos befindet: dem Palazzo Ducale. Er zählt zu den bedeutendsten Renaissance-Palastbauten und begeistert jeden Besucher.

EG 4405 E – Diavortrag – Innenstadt
Volker Hennig M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 20.00 bis 21.30 Uhr · 18.8.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Festa Italiana – Stadtfeste und Prozessionen Italiens
Die Palio in Siena, die Karfreitagsprozession in Trapani und die Corsa dei Ceri in Gubbio sind die bekanntesten der farbenprächtigen Feste, die in vielen italienischen Städten jährlich stattfinden und für viele Einwohner der Höhepunkt des Jahres sind. Hier geht es mitunter sehr inbrünstig zu – bis hin zu kollektiven Rauschzuständen. Man bittet um den Schutz und die Zuwendung höherer Mächte und lässt in Umzügen, Wett- und Schauspielen die eigene Geschichte und Tradition aufleben – für Liebhaber italienischer Kultur und Lebenskunst ein Muss.

EG 4420 E – PowerPoint-Präsentation – Innenstadt
Peter Hering M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 20.00 bis 21.30 Uhr · 19.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Albrecht Dürer (1471–1528)
Meister der Alten Pinakothek 1
Er gilt als der bedeutendste Maler und Neuerer der Renaissance nördlich der Alpen, dessen Gemälde und Grafiken durch ihre herausragende Qualität und Innovationskraft bis heute beeindrucken. Nach der Goldschmiedelehre bei seinem Vater, ging Albrecht Dürer bei seinem Nachbarn, dem Maler Michael Wolgemut, in die Lehre. Auf seiner ersten Italienreise inspirierten ihn in Venedig Renaissancekünstler, woraufhin er neue Wege einschlug und Meilensteine der Kunstgeschichte erschuf, die ihn über alle Grenzen hinweg zu Lebzeiten berühmt machten.

EG 4686 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 12.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Rembrandt (1606–1669)
Meister der Alten Pinakothek 2
Auch nach Jahrhunderten haben die Meisterwerke Rembrandts nichts von ihrer geheimnisvollen Aura und Anziehungskraft verloren. Während seine niederländischen Künstlerkollegen mit ihrem Spezialistentum Weltruhm erlangten, gelang es dem Universalisten Rembrandt sie in allen Sparten zu überstrahlen. Seine künstlerische Entwicklung als Maler, Zeichner und Radierer bleibt atemberaubend. Seine Selbstporträts sind faszinierend ungeschönt, seine Experimente und Entdeckungen sind Meilensteine der Kunstgeschichte.

EG 4688 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 19.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Paul Peter Rubens (1577–1640)
Meister der Alten Pinakothek 3
Er lebte in einer aufregenden Zeit voll kultureller Umbrüche und Kriegswirren und entfesselte in seinen Werken einen Sturm der Gefühle. Rubens gilt aufgrund seiner üppigen, sinnesfreudigen Gemälde als Meister barocker Leidenschaften. Doch seine einzigartige Bilderwelt bietet mehr: So malte Rubens Szenen, in denen er unterschiedlichste Gefühle auf dramatische Art meisterhaft und vielschichtig inszenierte. Er erreichte damit eine emotionale Intensität in seinen Darstellungen, denen man sich bis heute kaum entziehen kann.

EG 4690 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 26.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Vincent van Gogh (1853–1890)
Meister der Neuen Pinakothek 1
„Und meine eigene Arbeit, nun, ich setze mein Leben dabei aufs Spiel, und mein Verstand ist zur Hälfte dabei draufgegangen …“ (van Gogh).
Der niederländische Ausnahmekünstler wurde zu Lebzeiten verkannt. Dennoch ging er unbeirrt seinen Weg und hatte klare Ansichten über die Kunst. Erst mit 27 Jahren widmete er sich der Malerei. Zuletzt litt er unter Wahnvorstellungen, während er Meisterwerke erschuf, die wegweisend für die Malerei der Moderne wurden. Sein tragisches Leben und sein einzigartiges Werk bewegen viele Menschen bis heute.

EG 4692 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 16.8.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Gustav Klimt (1862–1918)
Meister der Neuen Pinakothek 2
Als Ausnahmekünstler ist er eine Legende voller Geheimnisse: Welche Beziehung hatte er zu seinen erotischen weiblichen Modellen? Hatte er wirklich 14 uneheliche Kinder? Wie war seine Beziehung zur eleganten, selbstbewussten Emilie Flöge? Klimt meinte: „Ich bin als Person nicht extra interessant". Pures Understatement finden wir. Lernen Sie selbst diesen faszinierenden Künstler kennen, der als begnadeter Zeichner und sensibler Maler das Wiener Fin de Siècle entscheidend prägte und dessen Gemälde „Der Kuss" zur Ikone der Wiener Seccesion wurde.

EG 4694 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 23.8.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Henri de Toulouse-Lautrec (1864–1901)
Meister der Neuen Pinakothek 3
Toulouse-Lautrec entstammte einem Adelsgeschlecht und war schwer körperbehindert. Als Ausgleich begann er zu zeichnen und wurde bald mit seinen Bildern und Lithografien zum bekanntesten Pariser Künstler der Belle Epoque. Als Maler der Vergnügungslokale, Tanzcafés und Kabaretts lieferte er auch kritische Milieustudien aus Bordellen mit Prostituierten, deren teils trostloses Dasein er schonungslos schilderte. Anhand seiner Meisterwerke lassen wir die schillernde Zeit voller Licht und Schatten vor der Wende zum 20. Jahrhundert lebendig werden.

EG 4696 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Falk Bachter · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.30 bis 12.00 Uhr · 30.8.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Film

Manga – Vielfalt und Geschichte
Manga? Viele mögen jetzt an japanische Comics mit Kulleraugen und Gewalt denken. Das ist richtig, erfasst aber nur einen Bruchteil dieses facettenreichen Mediums. Manga können alle Arten von Geschichten erzählen und Geschmäcker ansprechen. Außerdem gibt es ein weites Feld an Sachmanga, die Patienten medizinische Sachverhalte ebenso näher bringen wie Schülern die Relativitätstheorie. Der Vortrag stellt Beispiele dieser Vielfalt vor und erläutert die historischen Wurzeln des Manga in den letzten 100 Jahren.

EG 540 E – Innenstadt
Dr. Freddy Litten · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 13.7.2011 · € 7.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Einführung in die Geschichte des Anime
Seit etwa 100 Jahren gibt es Zeichentrickfilme in Japan, doch erst seit etwa 50 Jahren wird die Produktion von Anime wirklich kommerziell betrieben. Aus bescheidenen Anfängen entwickelte sich ein Milliardengeschäft, das Film, Fernsehen und Video/DVD-Markt in einer Menge und inhaltlichen Breite beliefert, die weltweit ihresgleichen sucht. Der Vortrag beleuchtet die historische Entwicklung des Mediums Anime in Japan, geht aber auch auf die Rezeption in Deutschland ein.

EG 550 E – Innenstadt
Dr. Freddy Litten · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 27.7.2011 · € 7.– · Ermäßigte Kursgebühr · bei Anmeldung und am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Einführung in den Film – Das Handwerk des Regisseurs
Wie beschwört Alfred Hitchcock den Schrecken, mit welchen Mitteln arbeitet Pedro Almodovar, kann man Luchino Viscontis Gegenüberstellung von marxistischer Gesellschaftskritik und nostalgischen Gemälden des alten Europa überhaupt erklären? Anhand von Filmausschnitten sollen die jeweiligen Eigentümlichkeiten eines Regisseurs herausgearbeitet und durch Einführungen zur Entstehung des Werks ergänzt werden: Alfred Hitchcock „Psycho" und Luchino Visconti „Der Tod in Venedig".

EG 560 – Innenstadt
Stefan Winter M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 22.7. und 29.7.2011 · € 14.– · 14 Plätze

Foto: Deutsche Fotothek/wikimedia.org

Literatur

Die andere Seite – Werk und Person Max Frischs in Ingeborg Bachmanns „Todesarten"
Ingeborg Bachmanns literarische Auseinandersetzung mit Werk und Person Max Frischs begann bereits in den frühen sechziger Jahren, bekam jedoch nach dem Ende der persönlichen Beziehung eine neue Note. Bachmann setzte sich vehement von Frischs Positionen und seinem Erzählverfahren ab. Vor allem in ihren „Todesarten" spielte sie deutlicher denn je auf Max Frisch und sein Werk an, stellte sozusagen seinen Romanen „Stiller", „Homo faber" und „Mein Name sei Gantenbein", in dem sie sich als literarisches Material missbraucht fühlte, auf literarisch raffinierte Weise eine weibliche Variation entgegen.
Ulrieke Ruwisch, Autorin, Übersetzerin, Lektorin und Journalistin, beschäftigt sich seit ihrem Studium mit Ingeborg Bachmanns Werk und hat auch am Nachlass Bachmanns gearbeitet.

EG 24 – Innenstadt
Ulrieke Ruwisch · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.7. und 18.7.2011 · € 14.– · 14 Plätze · ♿

30. Juni 1911 in Szetejnie
Zum 100. Geburtstag von Czeslaw Milosz
Die totalitäre ideologischen Versuchungen Stalins beschrieb Czeslaw Milosz schon früh in „Verführtes Denken". Er erinnerte an die Zeit vor dem 2. Weltkrieg in den jüdischen Ghettos von Wilna und bot in seinem Roman „Tal der Issa" eine romantische Deutung von Litauens Naturmythen. Zweifellos gehört Milosz zu den eigenwilligsten Analytikern des 20. Jahrhunderts von den kommunistischen Anfängen bis zur Darstellung der kulturellen Wandlungen im Baltikum nach 1990.

EG 30 E – Innenstadt
Stefan Winter M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 13.7.2011 · € 7.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 14 Plätze · ♿

Leselust – Bücher lesen und vorlesen
Wer sich schon einmal in einem Buch verloren hat, wer Tag und Nacht seinen Roman nicht zur Seite legen wollte, nur um weiterzulesen – den hat die Lust an der Literatur gepackt. Eine ansteckende Lust, die wir in diesem Kurs weitergeben möchten. Texte Ihrer Lieblingsautoren sollen den Zuhörern durch lautes Lesen vorgestellt werden. Neben der Textlesung stellen Sie die Vita des Autors in ein paar Sätzen vor und sagen, was Sie an „Ihrem" Autor fasziniert. Lautes Lesen bekommt eine besondere kommunikative Bedeutung, wenn den Zuhörern ein Text aus einem Buch vorgelesen wird, das man besonders mag. Wir wollen die eigene Begeisterung verständlich machen und andere mit unserer Leselust anstecken.

EZ 60 – Bogenhausen
Dr. Christoph Schwarz · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · 3 x mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 25.7. bis 8.8.2011 · € 14.– · 12 Plätze

Botschaft der Märchen – ihre Symbol- und Bildsprache
Unsere Volksmärchen sind viele Jahrhunderte alt und doch finden wir in allen Erdteilen dieser Welt die gleichen Motive. Denn Märchen sprechen in Bildern und Symbolen zu uns und spiegeln somit den Weisheitsschatz der Völker wider. Um die Botschaften der Märchen zu entschlüsseln, müssen wir uns die Symbol- und Bildsprache aneignen.

EN 74 E – Schwabing
Karin Wedra · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · di 19.30 bis 21.00 Uhr · 12.7.2011 · € 7.– · 14 Plätze

Eine Reise in die andere Welt – Der tiefe Brunnen
Im Märchen stehen Motive wie der Brunnen, die Falltür oder der Spiegel immer wieder für das Tor in eine andere Welt. Der Held reist in eine zweite Realität um Prüfungen zu bestehen, Hilfe zu leisten oder zu erhalten. Dabei sind die Orte recht unterschiedlich, ob es nun ins Reich der Toten geht, zur Frau Holle oder ins Feenreich, das Motiv der Anderswelt erleben wir in Märchen vieler Völker. Das Seminar lädt dazu ein, mit den Helden die Reise zu erleben und die Märchen zu interpretieren.

EN 76 E – Schwabing
Karin Wedra · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · di 19.30 bis 21.00 Uhr · 26.7.2011 · € 7.– · 14 Plätze

Klassiker der Weltliteratur:
Johann Wolfgang von Goethe: „Faust"
Sei es durch (Schul-)Lektüre, Theateraufführungen oder die berühmte Verfilmung mit Gustaf Gründgens: viele Szenen, v. a. aus „Faust I", sind zum Allgemeingut geworden. Fausts Pakt mit Mephisto, der Osterspaziergang, Auerbachs Keller, die tragische Liebesgeschichte mit Gretchen, die Walpurgisnacht auf dem Brocken …
Diese Veranstaltung lädt Sie ein, sich (wieder) mit Goethes literarischem Meisterwerk zu beschäftigen. Die schönsten Stellen dieser grandiosen Dichtung wollen wir gemeinsam lesen und dabei auch auf „der Tragödie zweiter Teil" eingehen. Denn auch hier sind viele Verse sprichwörtlich geworden; falls Sie diesen Teil noch nicht kennen, werden Sie erstaunt sein, wie oft Sie Goethe zitieren, ohne es zu wissen!

EG 93 E – Sonntagsseminar – Innenstadt
Philipp Imhof M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · so 10.00 bis 13.30 Uhr · 17.7.2011 · € 15.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 12 Plätze · ♿

Ein Lyrik-Wochenende mit Goethe
Johann Wolfgang von Goethe verfasste über 3000 Gedichte. Sein lyrisches Werk spiegelt alle Stufen seiner künstlerischen Entwicklung: vom jugendlichen Liebesgedicht („Willkommen und Abschied") des Sturm und Drang über die klassische Lyrik („Wanderers Nachtlied", „Der Erlkönig") bis hin zu den späten Gedichten des „West-östlichen Diwan" und der „Marienbader Elegien". An einem Wochenende lesen und besprechen wir die wichtigsten und schönsten von Goethes Gedichten. Wir wollen uns von den vielfältigen Tönen und Themen dieser literarischen Meisterwerke verzaubern lassen.

EN 94 – Wochenendseminar – Schwabing
Philipp Imhof M.A. · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · so 10.00 bis 16.00 Uhr · 23./24.7.2011 · € 42.– · 14 Plätze · ♿

Annäherungen an einige große Erzählungen der angelsächsischen Literatur:
J. Conrad, S. Fitzgerald, K. Mansfield
Wir wollen uns an einem Wochenende mit einigen Erzählungen der genannten Autoren beschäftigen. Wesentliche inhaltliche und stilistische Eigenarten sollen unter Zuhilfenahme unterschiedlicher deutscher Übersetzungen herausgearbeitet werden. Die Texte werden in Auszügen auf Englisch und auf Deutsch gelesen. Dabei soll nicht nur ein Gespür für die sprachlichen Haltungen dieser Autoren, etwa ihre subtilen Techniken der ironischen Distanz, sondern auch für die Qualität von Übersetzungen entwickelt werden. Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Englischkenntnisse.
Die Teilnehmer sollten „Ein Vorposten des Fortschritts" von J. Conrad gelesen haben, in der der allmähliche Verfall der „Zivilisation" angesichts der „wilden" Natur Afrikas beschrieben wird.

EZ 200 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Susanne Röckel · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 15.30 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 52.– · 12 Plätze

Ludwig Thoma in Schwabing
Während seiner Münchner Studentenzeit 1887/88 lernte Ludwig Thoma die Kunst und Schwabing kennen. Als Quereinsteiger schrieb er seit 1898 für die satirische Wochenschrift Simplicissimus. Kurze Zeit später verkaufte Thoma seine Anwaltspraxis, um sich ganz der Schriftstellerei zu widmen.1905 feierte er seinen Erstlingsroman „Andreas Vöst" in seiner Schwabinger Wohnung. Unter den Gästen, der Kabarettstar Maria Trinidad de la Rosa, die 1907 seine Ehefrau wurde.

EM 240 E – Führung – Schwabing
Helga Lauterbach · Treffpunkt: Geschwister-Scholl-Platz/Unibrunnen · sa 16.00 bis 18.00 Uhr · 18.6.2011 · € 8.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 25 Plätze · ♿

Eine Radtour
auf den Spuren von D.H. Lawrence im Isartal
Der englische Schriftsteller D.H. Lawrence hielt sich im Juni 1912 und im April 1913 mehrere Wochen mit seiner Geliebten Frieda von Richthofen im Isartal auf. Die beiden besuchten Frieda von Richthofens Schwester Else und ihren Mann, den Wirtschaftswissenschaftler Edgar Jaffé, in Irschenhausen, Icking sowie Wolfratshausen und reisten weiter nach Beuerberg. Briefe von D.H. Lawrence an seinen Verleger und seine Freunde in England dokumentieren erste Reiseeindrücke. Später werden diese Orte zu Schauplätzen des Romans „Mr. Noon" (1921). Der Welterfolg „Lady Chatterlay´s Lover" (1928) ist ohne diesen Vorläufer nicht denkbar. Die Radtour folgt den literarischen Spuren von D.H. Lawrence im Isartal. Bitte denken Sie an Wanderschuhe und dem Wetter entsprechend angepasste Kleidung, und das Fahrrad nicht vergessen.

EM 250 – Exkursion
Dr. Elisabeth Tworek · Treffpunkt: 10.00 Uhr Ebenhausen/ Hohenschäftlarn, vor dem S-Bahnhof · Rückkunft in München ca. 17.30 Uhr · sa 10.00 bis 17.30 Uhr · 23.7.2011 · € 18.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Bahnfahrt und Eintritte · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Auf den Spuren der Simplicissimus-Redaktion
ins Tegernseer Tal
Im Tegernseer Tal trafen international renommierte Künstler und Literaten wie August Macke, Thomas Mann, Leo Slezak und Ludwig Ganghofer mit den in der altbayerischen Kultur ruhenden Einheimischen zusammen. Das Tegernseer Tal war Anfang des 20. Jahrhunderts regelmäßiges Ziel der Mitarbeiter der Satirezeitschrift „Simplicissimus", mit den Exponenten Ludwig Thoma und Olaf Gulbransson. Die literarische Spurensuche folgt zu Fuß den Spuren der Simplicissimus-Redaktion in Finsterwald, Gmund, Tegernsee und Rottach-Egern. Bitte denken Sie an Wanderschuhe und dem Wetter entsprechend angepasste Kleidung!

EM 260 – Bahnexkursion
Dr. Elisabeth Tworek · Treffpunkt: 10.00 Uhr Gmund, Bahnhof BOB · Rückkunft in München ca. 17.30 Uhr · Auf Wunsch wird Treffpunkt für Wochenend-Card BOB organisiert · sa 10.00 bis 17.30 Uhr · 6.8.2011 · € 18.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Bahnfahrt und Eintritte · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Auf den Spuren von Ödön von Horváth durch Murnau
1920 lernte der Schriftsteller Ödön von Horváth mit seinen Eltern auf einer Fahrt ins Gebirge Murnau kennen. Dort gefällt es der Diplomatenfamilie so gut, dass sie in Murnau ein Landhaus errichten lassen, das im Herbst 1924 bezugsfertig wird. Ödön von Horváth verbringt zwischen 1926 und 1933 die meiste Zeit in Murnau. Landschaft und Menschen inspirieren ihn zu seinen Sportmärchen, zu den Theaterstücken „Die Bergbahn", „Zur Schönen Aussicht" und „Italienische Nacht" sowie zu seinem Roman „Jugend ohne Gott". In Murnau wird Ödön von Horváth zum Schriftsteller. Dort entstehen seine berühmten Volksstücke „Geschichten aus dem Wiener Wald", „Kasimir und Karoline" und „Glaube Liebe Hoffnung". Der literarische Spaziergang mit der Horváth-Expertin Dr. Elisabeth Tworek folgt zu Fuß den Spuren von Ödön von Horváth in Murnau. Bitte denken Sie an Wanderschuhe und dem Wetter entsprechend angepasste Kleidung!

ES 270 – Bahnexkursion
Dr. Elisabeth Tworek · Treffpunkt: 10.45 Uhr Murnau, Bahnhof · Rückkunft in München ca. 17.00 Uhr · Auf Wunsch wird Treffpunkt für Bayernticket organisiert · sa 10.45 bis 17.00 Uhr · 13.8.2011 · € 18.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Bahnfahrt und Eintritte · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Senioren Volkshochschule

Literatur und Verfilmung
Jedes Leseerlebnis wird geprägt von eigenen Erfahrungen, Fantasie und persönlicher Vorstellungskraft. Was geschieht, wenn jemand sich einen Text zur Grundlage nimmt, ihn formt und in bestimmte Bilder kleidet? Verändert sich unsere Wahrnehmung des Textes? Eröffnen sich neue Perspektiven und Zugänge zum bereits Gelesenen oder schränkt die Festlegung auf bestimmte Bilder die Wahrnehmung ein? Mit der Verfilmung von „Revolutionary Roads – Zeiten des Aufruhrs", der Geschichte einer Ehe in einer amerikanischen Vorstadt durch Sam Mendes, begann 2008 auch in Deutschland die Wiederentdeckung des in Vergessenheit geratenen Autors Richard Yates durch ein immer größer werdendes, begeistertes Publikum. Wir wollen den Versuch gemeinsam unternehmen: Wir diskutieren unsere Erfahrungen mit dem Ausgangstext und versuchen anhand von Filmbeispielen herauszufinden, ob unsere Leseerfahrung beschnitten oder ob wir vielleicht um neue Erkenntnisse bereichert wurden. Lektüre für den ersten Termin: Richard Yates, Zeiten des Aufruhrs.

EN 360 – Schwabing
Veronika Römer · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 3 x di 10.00 bis 12.00 Uhr · 19.7. bis 2.8.2011 · € 22.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 10 Plätze

Wort & Text – Schreibwerkstätten für kreatives, literarisches und professionelles Schreiben

Schreiben für Fortgeschrittene
Dies ist ein Anschlusskurs der „Schreibwerkstatt für Anfänger/innen" bzw. geeignet für geübtere Schreibinteressierte. Wir werden uns den kleinen und großen Formen der Prosa zuwenden und auch der Lyrik. Wir schauen uns literarische Beispiele an, und vor allem werden Sie zum eigenen Schreiben und Analysieren Ihres Textes angeleitet.
Ursula Haas ist Schriftstellerin und Dozentin für literarisches Schreiben (www.poetessa.de).

EG 1024 – Innenstadt
Ursula Haas · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 4 x fr 18.00 bis 20.10 Uhr · 22.7. bis 12.8.2011 · € 44.– · 12 Plätze · ♿

Vom Schreiben zum Spielen auf der Bühne
Was Johann Wolfgang von Goethes Faust über Mephisto sagt, sagt mehr über Faust als über Mephisto. Diese scheinbar amüsante Aussage gibt Auskunft über eine von vielen Möglichkeiten dialogischen Schreibens. Man muss allerdings weder adelig noch Geheimrat sein, um Texte für das Theater zu verfassen. Freitag und Samstag nähern wir uns mit Hilfe von Beispielen aus der reichhaltigen Theaterliteratur dem Schreiben von Szenen und Entwickeln von Handlungssträngen. Gemeinsame Kreativität und der Austausch von Texten ermöglichen einen intensiven und ganz persönlichen Zugang zu dialogischem Schreiben. Am Sonntag erproben wir gemeinsam die entstandenen Szenen im Kreis der Teilnehmer/innen.

EZ 1068 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Wolfgang Sréter · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · fr 19.00 bis 21.00 Uhr · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 9./10./11.9.2011 · € 80.– · 12 Plätze · ♿

Fünf Jahre später
Dieses Angebot zum kreativen Schreiben konzentriert sich auf das Entwickeln von Figuren im Schreibprozess. Zwei Menschen haben sich fünf Jahre nicht gesehen. Wir gehen den Fragen nach: Wer waren sie vorher? Warum haben sie sich aus den Augen verloren? Was haben sie in den fünf Jahren gemacht? Wer sind sie heute? Welche Beziehung hatten sie vor fünf Jahren zueinander? Welche Beziehung haben sie heute? Welche Beziehung werden sie in Zukunft haben?
Ein Workshop, der sich mit Inhalten und Methoden beschäftigt, die nicht nur für das Entwickeln von Bühnenfiguren wichtig sind, sondern für das Schreiben insgesamt

EG 1069 – Wochenendseminar – Innenstadt
Wolfgang Sréter · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 30./31.7.2011 · € 69.– · 12 Plätze · ♿

Neue Perspektiven
Ich, du, er, sie, es. Welche Perspektive verrät was? Und welche ist die passende für meine Geschichte? Mithilfe eines bestimmten Blickwinkels lassen sich einzelne Aspekte hervorheben oder ausleuchten, andere bleiben unbeachtet. Nur die auktoriale Perspektive erlaubt es, alle Figuren und Geschehnisse ausführlich zu beschreiben. Wir schreiben einen Text in andere Perspektiven um und besprechen die Ergebnisse. An Werken anderer Autoren klären wir, welche Möglichkeiten des Wechsels der Perspektive es auch innerhalb eines Textes geben kann und was sie bewirken.
Die Dozentin veröffentlicht Kurzgeschichten in Literaturzeitschriften und Anthologien, zuletzt in „Wiesn Liebe", Verlag Claudia Gehrke, 2010. Bitte Papier und Stifte mitbringen.

EN 1077 – Wochenendseminar – Schwabing
Dr. Birgit Brüster · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 69.– · 12 Plätze

Schreibwerkstatt Westpark: Grenzgänge
Literarische Texte beschreiben meistens Menschen, die kulturelle oder menschliche Grenzen überwinden müssen. Zwischen Wasser und Land, Jugend und Erwachsensein, Krieg und Frieden zeigen sich Grenzgänge als vielfältiges Motiv, sie haben aber auch für den literarischen Prozess eine grundsätzliche Bedeutung.
An diesem Tag spüren wir dieser Bedeutung nach und lassen uns zu einer Geschichte inspirieren, indem ein Grenzgang eine zentrale Rolle spielt.

ES 1098 – Samstagsseminar – Sendling-Westpark
Arwed Vogel · VHS-Garten im Westpark · Eingang Nestroy-/Zillertalstr. · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 20.8.2011 · € 35.– · 12 Plätze

Schreiben im Park: Eine Auszeit
Pausen sind notwendig. Im Alltag helfen sie uns, Abstand und Ruhe zu gewinnen. In literarischen Texten sind Sie wichtig für die Handlung. Als Momente der Reflexion und Entscheidung erzeugen sie Spannung, zeigen neue Lösungsmöglichkeiten auf und sind Katalysatoren für den weiteren Verlauf. Nach einer kurzen Vorüberlegung zur „Pause" als Motiv und literarisches Mittel nehmen wir uns eine literarische (Aus-)Zeit. Dabei lassen wir uns inspirieren vom weitläufigen Park des ÖBZ, einer grünen Oase im Stadtgebiet, wo sich Kunst(werke), liebevoll angelegte Gärten und Natur miteinander verbinden. Auf diese Weise entstehen Texte, die von der (literarischen) Pause leben. Auch bei Regenwetter.

EZ 1099 – Samstagseminar – Bogenhausen
Carola Gruber · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 10.00 bis 17.30 Uhr · 13.8.2011 · € 38.– · 12 Plätze

Kinder- und Jugendbuch
Wie fasziniert man Kinder mit seiner Geschichte? Was gilt es gerade beim Kinder- und Jugendbuch zu beachten?
Sie erfahren Tipps und Tricks, wie Sie für Kinder glaubwürdige Figuren und eine gute Geschichte erschaffen. Auch ein der Altersgruppe angemessener Sprachstil gehört zu den Kriterien, nach denen ein Manuskript beurteilt wird. Dazu gibt es Insider-Tipps, wie man einen Verlag findet und wie die Bücherbranche funktioniert.

EN 1100 – Wochenendseminar – Schwabing
Sylvia Englert · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 10./11.9.2011 · € 69.– · 12 Plätze

Tatort Krimi – Schreibwerkstatt
Krimis sind spannend. Ob historisch oder aktuell. Ob mit cooler Kriminalkommissarin oder kauzigem Privatdetektiv. In der Krimi-Schreibwerkstatt finden wir gemeinsam heraus, wann ein Krimi spannend ist, ein Dialog originell, ein Plot interessant – und werden natürlich schreiben. Ziel ist für jeden ein Kürzest-Krimi, der auf eine Postkarte passt und von den Teilnehmenden auf Wunsch zu einem gesonderten Termin eigenhändig gedruckt werden kann.
Bitte mitbringen: Schreibzeug und wenn möglich Laptop.
Angela Eßer ist Autorin diverser Kurzkrimis und Sprecherin des SYNDIKATs, der Autorengruppe deutschsprachige Kriminalliteratur. Ihr letzter Kurzkrimi ist nominiert für den renommierten Friedrich-Glauser-Preis 2010.

ES 1114 – Wochenendseminar – Sendling
Angela Eßer · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 69.– · 12 Plätze · ♿

Stadttexte und Textstädte
Wie haben große Texte der Literaturgeschichte die Stadt be- und erschrieben? Welche Wirkungen werden durch die verschiedensten Bearbeitungen erzielt? Das Motiv der Stadt ist nämlich weit mehr als nur Beiwerk und Kulisse für Handlungen. Städte sind komplexe Universen, in denen sich unterschiedlichste Menschen und Kulturen zusammenfinden. Sie werden gefeiert oder geschmäht und können sogar Kampfplätze der Weltanschauungen sein (Hure Babylon vs. himmlisches Jerusalem). Und sie sind Ausdruck des modernen Lebens, in dem der Mensch sich zwischen Gemeinschaft und Anonymität zurechtfinden muss. Wir werden uns anhand ausgewählter Beispiele (Berlin, Istanbul, Paris, New York) überlegen, wie die Stadt auch in unserem eigenen Schreiben Verwendung finden kann.
Ein Kurs für Autor(inn)en und Literaturbegeisterte.

EG 1224 – Wochenendseminar – Innenstadt
Stefan Schukowski · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 15./16.7.2011 · € 52.– · 12 Plätze · ♿

Junge Volkshochschule

Abenteuer schreiben
für Jugendliche von 13 bis 15 Jahren
Unsere Schreibwerkstatt richtet sich an Jugendliche, denen es Spaß macht, aus Wörtern neue Welten zu erschaffen und aus Sprache abenteuerliche Gedankengebäude zu formen. Von originellen Schreibspielen inspiriert, verfassen wir gemeinsam eine Geschichte über ein verlassenes Eiland oder einen fernen Planeten, wo nichts so ist, wie wir es kennen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Freude am Schreiben und Fabulieren sind willkommen.

EG 1282 – Samstagsseminar – Innenstadt
Silvia Bauer M.A./Judith Leister M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 11.00 bis 16.15 Uhr · 6.8.2011 · € 20.– · Ermäßigte Kursgebühr · 12 Plätze · ♿

Hier spricht die Fantasie! Kreatives Schreiben
für junge Leute von 16 bis 20 Jahren
Wir lassen uns von unterschiedlichen Schreibübungen dazu inspirieren, gemeinsam unsere eigene Geschichte zu verfassen. Dazu gehen wir auf Fantasiereisen in unerforschte Weltregionen, entdecken exotische Völker – oder nehmen gleich das Space Shuttle. Im Vordergrund stehen der Spaß am Schreiben und das Gruppenerlebnis. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Aber Lust zu schreiben ist unbedingt gefragt.

EG 1284 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Silvia Bauer M.A./Judith Leister M.A. · Volkshochschule · Gasteig · so 11.00 bis 16.15 Uhr · 7.8.2011 · € 20.– · Ermäßigte Kursgebühr · 12 Plätze · ♿

Theaterwerkschau 2011

Die Theatergruppen der Münchner Volkshochschule zeigen in einer Werkschau ihre neuesten Projekte.

Beginn jeweils 19.30 Uhr, Eintritt je Veranstaltung:
Gasteig, Black Box: Parkett: € 11.–/ermäßigt € 6.–,
Rang: € 8.–/ermäßigt € 4.–
Gasteig, Raum 0.117: € 8.–/ermäßigt € 4.–
Information im Fachgebiet Theater
Telefon: (089) 44 47 80-30/31
elisabeth.herrmann-brandt@mvhs.de

Foto: © mocy

Programm

Schlager, die uns schlugen
Eine kabarettistische Musikrevue
Spielleitung: BEIER&ZAUNER
EG 1700 P/R, Mo 11.7.2011, Black Box

Sieben Türen nach Botho Strauß
Spielleitung: Wolfgang M. Jörg
EG 1701 P/R, Mi 13.7.2011, Black Box

Witwen
Spielleitung: Alexandra Hartmann-Schöcker
EG 1702 P/R, Do 14.7.2011, Black Box

King A nach Ines Derksen
Theaterprojekt mit den Südbayerischen Wohn- und Werkstätten für Blinde und Sehbehinderte
Spielleitung: Sacha Anema
EG 1703 P/R, Fr 15.7.2011, Black Box

Improvisationstheater
Spielleitung: Carsten Schleuß
EG 1704, So 17.7.2011
Raum 0.117

Theater

Europäische Jonglierconvention München 2011: Führung vor Ort und Einstiegskurs Balljonglage
Die Europäische Jonglierconvention (EJC) ist ein jährlich stattfindendes Ereignis, das Seinesgleichen sucht. Nirgendwo sonst in der Welt kommen so viele Jongleure, Einradfahrer, Akrobaten und Feuerspieler zusammen, um zehn Tage lang gemeinsam der Schwerkraft zu trotzen. Die friedliche Gemeinschaft von Jung und Alt, Anfänger, Amateur und Profi aus aller Welt beeindruckt immer wieder. Vom 6. bis 14. August findet die EJC in München im Olympiapark statt. Dieser Kurs bietet neben einer Einführung in die Balljonglage auch eine Führung über den Platz, um den Jongleuren bei ihrem Treiben zuzuschauen. Wer danach Lust hat doch den Rest der Woche mitzumachen, erhält die Möglichkeit, sich am Ende als regulärer TN der EJC vor Ort für weitere Tage oder die ganze EJC anzumelden.
Infos zur EJC in München unter www.ejc²011.org.

EN 1401 – Seminar mit Führung – Olympiapark
Andreas Anders-Wilkens · Treffpunkt vor dem Eingang der Event-Arena · so 14.00 bis 18.00 Uhr · 7.8.2011 · € 18.– · 15 Plätze

EN 1402 – Seminar mit Führung – Olympiapark
Andreas Anders-Wilkens · Treffpunkt vor dem Eingang der Event-Arena · do 14.00 bis 18.00 Uhr · 11.8.2011 · € 18.– · 15 Plätze

Jonglieren – mehr als nur ein faszinierendes Hobby
Die Rechts-links-Koordination, Grob- und Feinmotorik werden ebenso verbessert wie Rhythmusgefühl und Konzentration. Ein idealer Ausgleich auch zu den Belastungen der Büroarbeit. Was Ihnen vor kurzem noch unmöglich schien, wird bald alltäglich. Schritt für Schritt werden Sie in die Kunst des Jonglierens eingeführt.
Bitte mitbringen: warme Socken oder Gymnastikschuhe.

EW 1404 – Wochenendseminar – Pasing
Hans-Jürgen Erkens · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 14.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 41.– · 13 Plätze

Seid ihr alle da? Die Technik des Puppenspiels
Handpuppenspiel erreicht Kinder direkt und unmittelbar. Gleichzeitig ist der Ausdruck der Figur beschränkt, sie verlangt daher vom Spieler besondere Präzision in Bewegung und Stimmausdruck. Wir erarbeiten führungstechnische Grundlagen der Handpuppe und der Stimme, um die Figur lebendig werden zu lassen. Wir entwickeln Charaktere und finden bzw. erfinden Szenen, Dialoge und Geschichten für altersgemäße Puppenspiele. Außerdem befassen wir uns mit Möglichkeiten und Methoden, wie Kinder ins Puppenspiel einbezogen oder zum Selberspielen angeleitet werden können.
Verschiedene Typen von Handpuppen stehen zum Kennenlernen zur Verfügung, es können aber auch eigene Puppen mitgebracht werden.

EM 1412 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Susy Bergmann · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 31.7.2011 · € 35.– · 12 Plätze

Die Kunst der Pantomime
Die Pantomime kommt ohne das gesprochene Wort, Requisiten und Bühnenbild aus. Im Mittelpunkt für das Erlernen dieser Kunstform steht der Mensch, der in einem kreativen Prozess zum Wesentlichen in seinem Ausdruck geführt wird. Wir lernen unseren Körper als ein Instrument kennen, das „gestimmt" werden muss, bevor es gespielt wird. Wir beleuchten das Vokabular unserer Körpersprache. Das Studium von Charakteren und das Erlernen pantomimischer Techniken eröffnet uns imaginäre Welten, in denen wir uns im Spiel mit sichtbarem und erlebbarem Ausdruck bewegen. Wir machen den „leeren" Raum „voll"!

ES 1414 – Wochenendseminar – Fürstenried-Ost
Ellen Raab · Volkshochschule · Forstenrieder Allee 61 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 11.00 bis 18.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 60.– · 14 Plätze

Bleib in Kontakt!
Basisübungen für ein erfüllendes Schauspiel
Nur allzu leicht wird der Schauspieler während seines Spiels von Faktoren wie Aufregung, Konzentration, Perfektionismus und Gedanken, die das Spiel kontrollieren wollen, hinweg getragen und verliert darüber den Kontakt zu seinem Körper, seinem Ausdruck, seiner Stimme, seinen Mitspielern, dem Raum oder dem Publikum. Es wird vermittelt, was es heißt, in Kontakt zu bleiben und darüber zu einem Spiel aus dem Augenblick zu kommen, das harmonisch, natürlich und selbstverständlich wirkt und dabei dem Kunstgenuss keinen Abbruch tut. Besonders ist dabei auch das Erleben des Spielenden, der während des Spiels eintaucht in einen besonderen, erfüllenden Raum.

EN 1501 – Wochenendseminar – Schwabing
Andreas Berner · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 17./18.9.2011 · € 60.– · 14 Plätze

Bewegungstheater
Ausgangspunkt können ein Text, ein Objekt, eine Geschichte, ein Lied sein, den/das/die wir in kleine Bewegungsperformances umsetzen. Dazu arbeiten wir ganz gezielt an der Erweiterung des Ausdrucksrepertoires unseres Körpers und an unserer Bühnenpräsenz, wir üben an verschiedenen Bewegungstechniken und Choreografieelementen. Diese Arbeit gibt uns die Möglichkeit, aus unseren gewohnten und begrenzten Bewegungs- und Haltungsmustern auszubrechen, unserem Körper mehr Präsenz, mehr Form, mehr Klarheit zu verleihen und mit anderen nonverbal zu kommunizieren.

EN 1528 – Wochenendseminar – Am Hart
Katja Lechthaler · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 17./18.9.2011 · € 60.– · 14 Plätze

Body-Talk – mit dem Körper erzählen
Tanz-Theater für alle
Laut und leise, ganz klein und ganz groß. Stumme Bewegung und die Kraft der Stimme oder eines einzigen Blicks: Das Tanz-Theater vereint die Sparten Schauspiel und Tanz auf vielfache Weise. Man muss kein Profi-Tänzer sein, um mit einer kleinen tänzerischen Geste manchmal mehr zu erzählen als mit einem großen Sprung über die Bühne. Wir arbeiten an den Grundlagen der verschiedensten tänzerischen Ausdrucksmöglichkeiten und unserer schauspielerischen Darstellungskraft. Es besteht keine Altersbegrenzung, Vorkenntnisse sind nicht notwendig, aber viel Spaß an Bewegung und Teamwork. Bitte bequeme Trainingskleidung, rutschfeste und normale Socken mitbringen.

EM 1532 – Wochenendseminar – Innenstadt
Orsa Repp · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 13./14.8.2011 · € 60.– · 14 Plätze

Für alle, die schon immer mal auf der Bühne stehen wollten, sich aber nie getraut haben
Eigentlich hat es Sie immer in den Fingern gejuckt: Zu gerne würden Sie mal auf der Bühne stehen und z. B. die wilde Penthesilea geben, die Ihnen nie jemand zutrauen würde. Oder bei der nächsten Familienfeier einen spritzigen Text ausdrucksstark und mitreißend vorlesen. Doch die Klassenclowns und die Talentierten waren immer die anderen, Sie selber waren zu schüchtern oder hielten sich für unbegabt. Jetzt haben Sie die Gelegenheit: Im sicheren Kreise von lauter „Angsthasen und Debüttanten" arbeiten wir an der Darstellung verschiedener Texte und theatraler Szenen, machen Übungen und Spiele für unseren Körperausdruck und unsere Stimme. Wir wollen herauszufinden, wie wir uns öffnen können, und unsere versteckte Lust am Sich-Zeigen, Sich-Darstellen mit und vor anderen ausprobieren.

EM 1580 – Wochenendseminar – Innenstadt
Katja Lechthaler · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 60.– · 14 Plätze

Hätte! Würde! Könnte! Das Alltagsdrehbuch
Lernen Sie mit Hilfe von Improvisation und den Mitteln der Schauspielkunst, Situationen aktiv zu steuern, Schlagfertigkeit zu erlangen und ihre Kommunikationsmöglichkeiten zu erweitern. Kennen Sie das? Situationen verlaufen immer nach dem gleichen Muster und bringen dadurch Abläufe ins Stocken, erhalten keinen frischen Wind, Ihnen wird immer die gleiche Rolle zugeteilt und es gelingt Ihnen wider besseres Wissen nicht, diesen Verlauf zu durchbrechen? Dann sind Sie richtig beim Alltagsdrehbuch! Schreiben Sie Ihr eigenes Alltagsdrehbuch und – vor allem – proben Sie es! Führen Sie die Regie!

EM 1586 – Wochenendseminar – Innenstadt
Maite Taubert · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 6./7.8.2011 · € 60.– · 14 Plätze

Schauspieltraining für Führungskräfte
In unserer stark veränderten Berufswelt spielen Sie die unterschiedlichsten Rollen auf verschiedenen Bühnen. Die Mittel der Schauspielarbeit (Improvisations-und Rollenspiele, Reaktionsspiele und Spontanrede) ermöglichen, dass Sie verborgene und unerkannte Rollen aufspüren, ihnen Stimme und Emotionalität verleihen und in Ihren persönlichen Stil integrieren. Das Bewusstwerden der eigenen Körpersprache, die Entfaltungskraft der Stimme und der persönliche Ausdruck (Gestik, Mimik und der dazugehörende emotionale Kontext) lässt Sie als präsente, stimmige Persönlichkeit überzeugen. Ihr eigenes Profil gewinnt an Tiefe und Authentizität. Dieses Training ist für Führungskräfte konzipiert, die persönliche Stärke als nächsten Schritt erarbeiten möchten.

EW 1596 – Wochenendseminar – Neuhausen
Sibylle Hummel · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 15./16./17.7.2011 · € 97.– · 12 Plätze · ♿

Stimmbildung/Sprechen
Das gesprochene Wort – in unserem Alltag eine Selbstverständlichkeit – ist tragendes Element unserer persönlichen und beruflichen Identität. Die Stimme gehört untrennbar zum Erscheinungsbild und Auftreten des Menschen.
Die folgenden Kurse richten sich an Menschen, die in Alltag und Beruf viel und gut sprechen müssen und ihre stimmlich-sprecherischen Kompetenzen erweitern wollen. Die Seminare eignen sich auch als Ergänzung zu Theaterkursen.

Atem, Körper, Stimme – spielerisch die eigenen Ausdrucksmöglichkeiten verbessern
Wie wir im Leben dastehen und uns Gehör verschaffen, hängt nicht zuletzt von unserer Körpersprache und unserem stimmlichen „Auftritt" ab. Sicherheit und natürliche Präsenz verhelfen zu einem klaren Ausdruck und damit zu mehr Glaubhaftigkeit – ob in Alltag oder Beruf. Eingebettet in eine Vielzahl leichter und spielerischer Übungen gibt dieser Kurs einen Einblick in die gesamte Bandbreite unseres Potenzials. Lassen Sie sich überraschen von den ungewöhnlichen Möglichkeiten der Sprache. Entdecken Sie den Spaß an der Stimme und die Lust am Ausdruck.
Bitte bequeme Kleidung und Trainingsschuhe mitbringen.

ES 1910 – Wochenendseminar – Sendling
Carsten Schleuß · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils eine Stunde Pause) · 30./31.7.2011 · € 60.– · 13 Plätze · ♿

Sprechtraining
Beruflich und privat haben Sie erfahren, dass Ihre Stimme und Sprechweise Ihre persönliche akustische Visitenkarte abgeben. Sie sind aber auch der Ansicht, Ihre stimmliche Überzeugungskraft enthält noch viel mehr Potenzial als gedacht. In diesem Seminar können Sie auf Entdeckungsreise in Ihren „Klangkörper" gehen und Ihre Sprechkompetenz durch vielfältige Übungen ausbauen.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

EG 1918 – Wochenendseminar – Innenstadt
Wolfram Völzke M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 15./16.7.2011 · € 53.– · 12 Plätze · ♿

Entdecken Sie Ihre Stimme! Mit System zum Erfolg
Sie möchten gern eine kraftvolle, sympathische und klare Stimme haben? Sie möchten mit Aufregung und Schüchternheit beim Sprechen umgehen können? Sie möchten Ihre stimmlichen Möglichkeiten optimal ausschöpfen? Sie haben Lust, Texte zu gestalten und vorzutragen? Wir erarbeiten eine saubere Aussprache, üben durch ein gezieltes Training (Atmung und Körper) Einfluss auf unsere Stimme zu nehmen. Kleine Spielszenen werden erarbeitet, um die Stimme in jeder Situation einsatzfähig zu machen. Durch die intensive spielerische Arbeit am Stimmausdruck lassen Sie sich unbewusst auf Situationen zur persönlichen Erweiterung Ihres Kommunikationspotenzials ein.
Sie können an mitgebrachten Texten üben.

EM 1934 – Wochenendseminar – Innenstadt
Matthias Contius · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 69.– · 12 Plätze

Stimmlust statt Stimmfrust
Wenn wir sprechen, drückt sich nicht nur unser Intellekt aus, sondern unser ganzes Wesen. Doch oft erleben wir unsere Stimme eingeschränkt, blockiert, nicht stimmig. Entdecken Sie Ihre Stimme in neuer Weise. Erfahren Sie den Atem als Träger ihres Tons und seine spannungslösende Kraft. Erforschen Sie Ihren Mundraum und erleben Sie die Präzision Ihrer Artikulationsbewegungen. Erfahren Sie durch die Kombination von Körper- und Stimmübungen Ihre Stimme kraftvoller, tragfähiger und ausdrucksstärker. Für alle, die auf spielerisch-sinnliche Weise ihre stimmlichen Möglichkeiten verbessern und erweitern möchten.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

EN 1938 – Samstagsseminar – Am Hart
Sigrid Moser · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 9.7.2011 · € 42.– · 8 Plätze · ♿

Junge Volkshochschule

Jetzt reagieren – Impro-Theater für junge Leute von 15 bis 25 Jahren
Im Jetzt leben – gar nicht so einfach. Im Improvisationstheater zählt nur das Jetzt. Gedanken an die Vergangenheit oder die Zukunft werden beiseite gelegt – jetzt! Mitmachen kann Jeder, der Offenheit, Spontanität und Mut für Neues mitbringt. Ich freue mich auf Euch.

EM 1812 – Wochenendseminar – Innenstadt
Raphaela Panýr · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa 11.00 bis 17.00 Uhr · 20.8.2011 · € 21.– · Ermäßigte Kursgebühr · 12 Plätze

Senioren Volkshochschule

Jonglieren lernen ab 50
Jonglieren wird heute von Ärzten gegen Stress und zur Kräftigung der Sehmuskulator empfohlen. Es verlangt eine Art Konzentration, die als sehr heilsam gilt und die sonst durch Meditation oder im Taijiquan trainiert wird. Kurzum: Jonglieren fördert nicht nur Kreativität und Wahrnehmung, sondern verschafft einen spielerischen Zugang zur inneren Leichtigkeit. Schöner Nebeneffekt: Beim Jonglieren wird Unsicherheit Schritt für Schritt in Sicherheit verwandelt. Der Unterricht erfolgt nach der erfolgreichen REHORULI-Lernmethode. Begonnen wird mit einfachen, sanften Wurf und Fangübungen … zunächst mit einem Ball, dann mit zwei Bällen. Am Ende lernen die Teilnehmer/innen drei Bälle nacheinander zu werfen und zu fangen.
Das Jongliertraining wird vom Erfinder der Jonglier-Lernmethode, Stephan Ehlers, oder einem zertifizierten REHORULI-Trainer durchgeführt.

EN 1406 – Hasenbergl
Stephan Ehlers · Für Senior(inn)en · Seniorenpavillon · Pfarrer-Steiner Platz 1 · 4 x mo 16.30 bis 18.00 Uhr · 11.7. bis 1.8.2011 · € 25.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 14 Plätze

Mode und textiles Gestalten

Nähsommer: Kompaktseminar
für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Ein luftiges Kleid, ein Strand-Outfit, eine Leinenhose für die kühleren Abende und was Ihnen zum Sommer noch so einfällt! Das Seminar ist gedacht für alle, die nähen lernen oder ihre Kenntnisse erweitern wollen. Sie fertigen ein Stück – und können es nach fünf Tagen gleich anziehen!
Bitte zum ersten Kurstag Schnitt, Stoff, Werkzeug (Schere, Stecknadeln etc.) mitbringen.

ES 8163 – Vormittagskurs – Sendling
Elisabeth Luxi · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis fr 9.00 bis 13.00 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 111.– · 9 Plätze · ♿

Basis-Seminar 1: Nähkünste für den Alltag
Knöpfe annähen, aufgegangene Nähte und Säume wieder schließen, Hosen kürzen, Löcher flicken, Reißverschlüsse einnähen usw. – mit den Grundbegriffen des Nähens (mit und ohne Nähmaschine), die in diesem Seminar vermittelt werden, werden Sie es schaffen, Kleiderpannen selbst zu beheben und die Garderobe in Ordnung zu halten. Zusätzlich erfahren Sie, wie man verschiedene Kleidungsstücke bügelt.
Bitte mitbringen: Kleidungsstücke, die Sie reparieren wollen, Schere und Nähgarn, Nähnadeln, Stecknadeln und Maßband.

EN 8168 U – Samstagsseminar – Schwabing
Gertraud Gall · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 17.9.2011 · € 39.– · 9 Plätze

Nähen: schnell, leicht, kreativ
Haben Sie Lust, sich Ihre eigene schicke Kleidung zu nähen? Schnell, aus verschiedenen Materialien, in ungewöhnlichen Kombinationen und Farben? Sie werden staunen, wie viel aus einfachen Schnitten herauszuholen ist, wenn diese kreativ umgesetzt werden. Sie können auch vorhandene Stücke mit einfachen Mitteln verändern.
Einzige Teilnahmevoraussetzung: Erfahrung im Umgang mit der Nähmaschine.

ES 8504 – Wochenendseminar – Sendling
Margret Schroffenegger · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · Vorbesprechung: mo 19.30 bis 21.00 Uhr · 11.7.2011 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 86.– · 9 Plätze ·

Nähen und Schneidern
Sommernähwerkstatt – intensiv
Sie wollen Ihre ersten Schritte mit der Nähmaschine machen oder Ihre Kenntnisse im Nähen auffrischen? Sie würden gerne einmal wissen, wie man ein Kleidungsstück herstellt? Wie man den richtigen Schnitt findet und zuschneidet? In diesem Intensivkurs lernen Sie verschiedene Techniken kennen und fertigen Ihr Wunschkleidungsstück für diesen Sommer! Bitte mitbringen: Stoff und Schnitt, passendes Nähgarn, Stoff- und Papierschere, Maßband, Handmaß, Steck- und Nähnadeln, Schneiderkreide und Schneiderkopierpapier, Tesafilm, Lineal, Geodreieck, Schreibblock und Bleistift.

EM 8160 – Innenstadt
Sophie Alasti · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 83.– · 9 Plätze

Nunofilze – Filzen mit Seide
Nunofilzen bedeutet Filzen mit Gewebe. In besonders schöner Optik gelingt dies mit Seide. Wir befilzen luftige, zarte Seidenschals, die individuell gestaltet werden und durch das Filzen ihre Webstruktur verändern. Grundkenntnisse in der Verarbeitung der Wolle sind von Vorteil. Bei speziellen Farbwünschen der Seide bitte spätestens 14 Tage vor Kursbeginn bei der Dozentin melden (schwarze und weiße Seide vorhanden). Materialkosten sind im Kurs zu begleichen (ca. € 7.–).

EN 8618 – Samstagsseminar – Freimann
Andrea Tehel-Widmann · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · sa 10.00 bis 18.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 9.7.2011 · € 47.– · 9 Plätze

Junge Volkshochschule

Das eigene Label – Eine Schneiderwerkstatt
Klasse Klamotten kann man auch selber nähen: mit einfachen Schnitten, verschiedenen Materialien und ein paar Kunstgriffen. Die Werkstatt vermittelt Grundlagen des Entwerfens, Nähens und Veränderns von Kleidungsstücken. Zum Vorbereitungsabend bitte Wünsche, Ideen und Schreibzeug mitbringen.

EM 8550 – Wochenendkurs – Innenstadt
Iris Lipp · Nur für Jugendliche von 15 bis 20 Jahren · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · Vorbesprechung: do 18.00 bis 19.30 Uhr · 14.7.2011 · Seminar: sa/so 10.00 bis 16.30 Uhr (jeweils mit einer halben Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 58.– · Ermäßigte Kursgebühr · 9 Plätze · ♿

Musik

Musikverständnis

Musik hören – Musik verstehen
Musikgeschichte kompakt
Wer heute Konzerte besucht oder selber musiziert, wird mit der Musik der letzten drei Jahrhunderte konfrontiert. Mit dem entsprechenden Wissen tut man sich leichter, die Musik zu erfassen und zu genießen. Die Epochen der Musik werden vorgestellt und im historischen Zusammenhang betrachtet. Sie lernen die wichtigsten Komponisten, musikalischen Formen und Stile von Barock, Klassik, Romantik und des 20. Jahrhunderts kennen und hören dazu zahlreiche Musikbeispiele.

ES 2061 – Ferienkurs – Sendling
Tim Koeritz · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis fr 10.00 bis 13.00 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 66.– · 14 Plätze · ♿

Carmina burana – die Orff'sche Kantate und das mittelalterliche Liederbuch
Carl Orffs mitreißende Vertonung der „Carmina burana" („Lieder aus Beuren") von 1937 gehört zu den bekanntesten und beliebtesten Werken der Musik, weit weniger bekannt ist die dahinterstehende Liedersammlung vom Beginn des 13. Jahrhunderts. Sie ist mit ihren schwärmerischen, erotisch-tändelnden und feucht-fröhlichen Gedichten ein lebendiges Zeugnis der Zeit, die damalige Musik steht der Orffs an Vitalität in nichts nach. Im Seminar geht es mit vielen Text- und Musikbeispielen in gleicher Weise um Orffs Werk und die alte Überlieferung.
Für die Aufführung der Orff'schen „Carmina burana" (Fassung für Soli, Chor, zwei Klaviere und Schlagwerk) am Fr, 5.8.2011 um 20.00 Uhr im Brunnenhof der Residenz (bei Regen Herkulessaal) unter Leitung des Dozenten gibt es im Seminar ermäßigte Karten.

EG 2071 – Samstagsseminar – Innenstadt
Prof. Thomas Gropper · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 10.00 bis 13.00 und 14.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 27.– · 18 Plätze · ♿

Musizieren

Klangreise – Urlaub mit allen Sinnen
Wie rauscht das Meer? Welche Geschichten erzählt der Wind? Welche Geräusche gibt es im Wald? Wie klingen Paris, Rio, New York oder Peking? Wir wollen mitten in der Stadt Urlaub vom Alltag machen, Natur erleben und ferne Länder erkunden. Mittels Hören und Musizieren, Bewegung und Improvisation begeben wir uns auf die große Reise, lassen Erinnerungen aufleben und erkunden unseren ganz persönlichen Traumpfad.
Musikalische Kenntnisse sind willkommen, aber nicht erforderlich.
Bitte bringen Sie Instrumente mit, falls vorhanden.

EZ 2212 – Ferienkurs – Bogenhausen
Dr. Kerstin Jaunich · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mo bis fr 15.00 bis 18.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 74.– · 12 Plätze

Singen und Klingen: Ferienkurs für die Stimme
Eigentlich ist Singen dem Menschen angeboren und ihm näher als die Sprache. Beim Singen geschehen viele Dinge unbewusst und automatisch, obwohl die Abläufe höchst komplex sind. In entspannter Atmosphäre machen wir uns mit der eigenen Stimme vertraut, erobern unsere Resonanzräume, arbeiten an Haltung und Atemtechnik. Beim Singen von Kanons und ein- und mehrstimmigen Liedern setzen wir die neuen Erfahrungen um.
Bei gutem Wetter kann ein Teil des Kurses im Freien stattfinden. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

EZ 2221 – Ferienkurs – Bogenhausen
Mafalda De Lemos · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mo bis fr 11.00 bis 14.30 Uhr (jeweils mit einer halben Stunde Pause) · 1.8. bis 5.8.2011 · € 85.– · 14 Plätze

Singen kann jeder!
Sie singen zwar gerne, sind aber nur in der Badewanne mutig? Geben Sie sich einen Ruck und entdecken Sie, wie wohltuend es ist, die eigene Stimme zum Klingen zu bringen. Übungen zur Entspannung sowie Körper- und Atemarbeit sind die Basis für eine gesunde Stimmfunktion. Vorbereitende Stimmübungen erleichtern das Erlernen der Lieder, Kanons und Songs.

EW 2232 – Ferienseminar – Neuhausen
Caterina Prestele · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · sa 14.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 6./7.8.2011 · € 35.– · 12 Plätze · ♿

Jodeln und Wandern
Ursprünglich war das Jodeln ein Mittel der Bergbewohner, sich über weite Strecken hin zu verständigen – es fand also draußen, in den Bergen statt. Bei einer Wanderung zur Gindelalm, wollen wir diese alte Tradition pflegen. Unterwegs und bei Hüttenpausen werden die einfach zu erlernenden Jodlermelodien gesungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Aufstieg zur Gindelalm: Vom Bahnhof Hausham über die Miesbacher Straße, Schlierseer Straße, Geißstraße in die Naturfreundestraße, die in den Huberspitzweg mündet. Weiter über die Huberbauernalm zum Huberspitzhaus, über den Rainer Berg zur Gindelalm – dort Mittagspause. Wegbezeichnung auf Kompasskarte: „W 9".
Abstieg: über Kreuzberg-Alm, östlich vorbei am Kreuzbergköpfl, auf dem Weg „W 17" abwärts Richtung „Hennerer", Breitenbach, Schliersee.
Teilnehmer, die mit dem Auto anreisen, können das Auto auf dem Parkplatz in Hausham, Ortsteil Abwinkl, beim Huberspitzweg/Sportplatz abstellen. Die Bahnfahrergruppe geht dort vorbei. Bei schlechtem Wetter erfolgt die Absage am Freitag, den 22.7.2011, ab 13.00 Uhr über den Anrufbeantworter: Telefon (089) 4447 80-61.

EM 2267
Dr. Erich Sepp · Anreise individuell oder per Bahn · Treffpunkt für Bahnfahrer: 7.45 Uhr, Hauptbahnhof – Starnberger Flügelbahnhof, Gleis: 33–36: dort Gruppenbildung für BOB-Ticket (€ 23.– für 5 Personen); Abfahrt: 8.10 Uhr; Ankunft in Hausham, Bahnhof um 8.57 Uhr, Rückfahrt mit der BOB: 16.03, 17.03, 17.40 oder 18.03 Uhr · 24.7.2011 · € 15.– · Zuzüglich Bahnfahrt und Einkehr · Anmeldung erforderlich

Beatboxen und Rappen für Einsteiger
Percussion mit der Stimme? Wie soll das gehen? Keine der so angesagten A-cappella-Gruppen kommt ohne die „gesungene" Percussion aus. Der Anfang ist ganz einfach. Nach Warm-ups für Körper und Stimme versuchen wir erste Improvisationen in der Gruppe. Wir suchen und erfinden Texte mit dem richtigen Rhythmus und Flow.
Keine Vorkenntnisse erforderlich.

EW 2273 – Wochenendseminar – Neuhausen
Jakob Ruster · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · sa 10.00 bis 13.00 und 14.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 15.00 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 60.– · 12 Plätze · ♿

Get your kicks – on Route 66
Swing- und Jazz-Wochenende
Was wären die vierziger und fünfziger Jahre ohne Frank Sinatra und Doris Day, ohne die Swingmusik von Cole Porter und George Gershwin? Bis heute werden die Schlager aus diesen Jahren in vielen Filmen verwendet und sind zu Ohrwürmern geworden. Auch wir werden mit guter Laune die Schönheit dieser Musik an diesem Wochenende erleben, wenn wir – nach Aufwärmübungen und Gehörbildung – einige der bekannten Standards mehrstimmig erarbeiten.

EN 2283 – Wochenendseminar – Schwabing
Joy C. Green · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · so 10.00 bis 14.00 Uhr (jeweils mit einer halben Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 34.– · 18 Plätze

Gitarre zum Kennenlernen
Gitarre Klassisch oder Gitarre Liedbegleitung? Sie wollen sich grundsätzlich orientieren und die verschiedenen Stilrichtungen kennen lernen? Sie möchten wissen, was der Unterschied zwischen Notenschrift und Tabulatur bedeutet? Ihre frisch erworbenen Kenntnisse können Sie dann im Folgesemester in den Grundstufen der Kurse „Gitarre Liedbegleitung und Instrumentalstücke" oder „Klassische Gitarre" vertiefen. Bitte ein eigenes Instrument mitbringen.

ES 2407 – Samstagskurs – Sendling
Norbert Koch · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x sa 15.00 bis 17.15 Uhr · 3.9. und 10.9.2011 · € 32.– · 9 Plätze · ♿

Gitarre Liedbegleitung – wo stehe ich?
Sie hatten früher Unterricht und kommen alleine nicht mehr weiter? Sie brauchen wieder eine Anleitung und Anregungen für Ihr Gitarrenspiel? Sie wissen aber nicht, welche der fortgeschrittenen Spielgruppen für Sie in Frage kommt? Im Kurs werden elementare Begleittechniken, Schlagmuster und Fingerpickung wiederholt und aufgefrischt. Mit Beratung für die Anmeldung für das Herbstsemester.
Für Wiedereinsteiger mit ein bis zwei Jahren Spielpraxis.

ES 2503 – Sendling
Norbert Koch · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 7.9.2011 · € 17.– · 9 Plätze · ♿

Guitarra Latina
Bolero, Rumba, Son u. a. – anhand von „Klassikern" und „Traditionals" aus der Karibik und Südamerika lernen wir verschiedene Grundrhythmen und spezifische Spielweisen der lateinamerikanischen Gitarre kennen.
Voraussetzung: Flüssiger Wechsel der Grundakkorde, mindestens zwei Jahre Spielpraxis in Liedbegleitung.

EO 2663 – Wochenendseminar – Giesing
Juanito Heldmann · Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa/so 11.00 bis 15.00 Uhr (jeweils mit einer halben Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 60.– · 6 Plätze

Bass macht Spaß! Workshop für E-Bass
Suchen Sie neue Inspirationen zum Spielen? Mit spezifischen Übetechniken und dem entsprechenden musikalischen Material können Sie sich weiterentwickeln und Ihre Rolle als Einzelmusiker und in der Band neu definieren. Für Amateurbassisten, die vieles gelernt und erfahren haben und trotzdem „feststecken".
Für Fortgeschrittene mit einiger Spielpraxis.

EN 2681 – Wochenendseminar – Milbertshofen
Jörg Borchardt · Kulturhaus Milbertshofen · Curt-Mezger-Platz 1 · fr 19.00 bis 21.30 Uhr · sa 14.00 bis 17.30 Uhr · 15./16.7.2011 · € 68.– · 4 Plätze · ♿

Rhythmus, Bewegung und Percussion

Body Music
Klatschen, Schnipsen, Stampfen, Patschen … unser eigener Körper ist ein überraschend vielseitiges Musikinstrument, das wir immer und überall dabeihaben! Bodypercussion nach dem Konzept von Keith Terry ist ein verbindendes Gruppenerlebnis, ein Konzentrations- und Koordinationstraining sowie Kommunikations- und Ausdrucksform in einem Paket. Und vor allem macht es unglaublich viel Spaß, dem eigenen Körper und den Mitmenschen auf diese ungewöhnliche Weise zu begegnen. Wir vergessen den Alltagsstress, erleben neue kreative Ausdrucksmöglichkeiten in uns und spüren die Kraft des gemeinsamen Rhythmus.
Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.
Bei gutem Wetter wird ein Teil des Kurses im Freien stattfinden.

EO 2853 – Ferienkurs – Giesing
Katja Ojala-Kocak · Volkshochschule · Severinstr. 6 · mo bis do 15.00 bis 18.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 49.– · 16 Plätze

Afrikanische Rhythmen unter freiem Himmel
Djembe-Ferienkurs
Dieser mehrtägige Kurs bietet die Möglichkeit, intensiv in das Djembespiel und die afrikanischen Rhythmen einzusteigen. Nach einer kurzen Einführung in die Spieltechnik auf der Djembe werden wir mehrere traditionelle Rhythmen kennenlernen. Zu den verschiedenen Djembebegleitungen werden auch die dazugehörigen Basstrommelstimmen auf Dundun, Sangban und Kenkeni vorgestellt. Das Aufeinanderhören im mehrstimmigen Rhythmus ist die Basis für das Setzen der richtigen Signale. Dieses komplexe Zusammenspiel wird schließlich noch mit einfachen Solopatterns auf der Djembe „gewürzt".
Am Samstagabend ist eine Abschluss-Session im Freien bei Fackelschein geplant, natürlich nur bei schönem Wetter, Freunde und Bekannte sind herzlich willkommen.
Der Kurs ist geeignet für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse und Leute, die bereits ein wenig Erfahrung mitbringen. Instrumente können gestellt werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei Rainer Arold, Telefon (089) 1809 25.

EN 2865 – Ferienkurs – Olympiapark
Rainer Arold · Hort der Montessorischule · Willi-Gebhardt-Ufer 33 · do bis sa 17.00 bis 20.00 Uhr · 4.8. bis 6.8.2011 · so 19.00 bis 22.00 Uhr · 7.8.2011 · € 83.– · 12 Plätze

Djembe – Rhythmen aus Westafrika
Die große kelchförmige Holztrommel wird mit beiden Händen gespielt. Wir lernen die grundlegenden Spieltechniken und Sounds sowie verschiedene traditionelle westafrikanische Basisrhythmen kennen. In der Gruppe erleben wir das Zusammenspiel der Djembe mit den dazugehörenden Basstrommeln, Dundun, Sangban und Kenkeni. Hörbeispiele ergänzen nach Möglichkeit das Programm. Instrumente sind vorhanden, ggf. bitte eigene Instrumente mitbringen.
Aufbaustufe: Voraussetzung ist Beherrschung der Schlagtechniken und Grundrhythmen; Vertiefung des Repertoires.

EN 2869 – Samstagsseminar – Milbertshofen
Rainer Arold · Aufbaustufe · Kulturhaus Milbertshofen · Curt-Mezger-Platz 1 · sa 11.00 bis 14.00 Uhr · 9.7.2011 · € 32.– · 6 Plätze · ♿

Darabuka – orientalische Vasentrommel
Die Darabuka – heute meist aus einem kelchförmigen Metallkorpus mit Kunststofffell – hat ihren Ursprung im Vorderen Orient. Sie ist fester Bestandteil der arabischen und türkischen Musik, aber auch viele Weltmusikbands schätzen den prägnanten und variationsreichen Sound der orientalischen Trommel.
Eine Einführung in die Schlagtechnik wird ergänzt durch rhythmische Grundübungen und typische Patterns. Die lautmalende Trommelsprache ermöglicht einen leichten Einstieg auch ohne musikalische Vorkenntnisse.
Falls Sie kein eigenes Instrument mitbringen können, kontaktieren Sie bitte unbedingt bis eine Woche vor Kursbeginn die Kursleiterin Marliese Glück, Telefon (089) 54 64 24 51.
Leihgebühr pro Instrument € 10.–.

ES 2875 – Samstagsseminar – Hadern
Marliese Glück · Volkshochschule · Guardinistr. 90 · sa 10.00 bis 14.30 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 23.7.2011 · € 34.– · 6 Plätze · ♿

Cajon
Das Spielen mit dem Cajon ist ein idealer Einstieg in die Welt der Rhythmik. Da die schlichte Sitztrommel klein, leicht zu transportieren und nicht zu teuer ist, wird sie in Rock, Pop, Blues und Folk immer häufiger als Ersatz für das klassische Schlagzeug eingesetzt. Der tiefe Bass und satte Snaresound des Cajons legt eine kräftige Basis, die jeder Musikrichtung den nötigen Groove gibt.
Wir lernen die verschiedenen Spieltechniken kennen und erproben einfache Basic Grooves und Playalongs (das Spielen/Üben mit Musik).
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jedem/jeder Teilnehmer/in steht ein kostenloses Workshop-Cajon der Firma www.Schlagwerk.com zur Verfügung.

EW 2883 – Samstagsseminar – Laim
Noah Psunkewicz · Volkshochschule · Fürstenrieder Str. 53 · sa 11.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 41.– · 8 Plätze · ♿

Yidishkayt – Jiddish Summer Weimar 2011
Seit über zehn Jahren findet alljährlich der „Yiddish Summer Weimar" statt, ein Festival, das zahlreiche Workshops, Konzerte, Tanzabende, Jamsessions und andere Veranstaltungen anbietet. Künstler und Schüler aus aller Welt treffen sich zum künstlerischen Austausch, gemeinsamen Musizieren und zur Weiterentwicklung ihres Könnens.
Die aktive Teilnahme ist nur für Instrumentalisten oder Sänger, die auf einem mittleren bis fortgeschrittenen Niveau musizieren können, möglich, sodass der Schwerpunkt des Workshops auf jiddischem Inhalt und Stil liegt, nicht auf grundlegender Instrumental- oder Vokaltechnik. Erfahrungen mit jiddischer Musik sind nicht erforderlich. Neben der Kursleiterin Andrea Pancur unterrichten in Weimar weitere Dozenten, das genaue Programm stand bei Drucklegung noch nicht fest, siehe www.yiddishsummer.eu.
Infoabend für Mitreisende:
Mo 18.7.2011, 18.00 bis 19.00 Uhr
Anreisetag: Do 28.7.2011 (eigene Anreise)
Abreise: So 31.7.2011 abends
Die Kursgebühr beträgt € 225.–, zuzüglich Reise- und Übernachtungskosten. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der Kursleiterin Andrea Pancur, Telefon (089) 6258449 oder AndreaPancur@aol.com.

EG 2909 – Infoabend nur für Mitreisende – Innenstadt
Andrea Pancur · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.00 Uhr · 18.7.2011 · Gebührenfrei · 12 Plätze

Tanz

Ballett-Schnuppertag
Neugierig auf die „königliche Tanzkunst"? An diesem Schnuppertag lernen Sie die Arm- und Fußpositionen, Grundhaltung und -bewegungen (z. B. plié, battement), die typische Abfolge der Übungen an der Ballettstange und im Raum kennen und tanzen vielleicht auch schon eine kleine Choreografie. Zusätzlich erfahren Sie (u. a. anhand von Bildmaterial) etwas über die Geschichte und die aktuellen Tendenzen des Balletts.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Gymnastik- oder Jazz-Dance-Schuhe mit Ledersohlen bzw. Tennissocken.

EM 3021 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Stephanie Groß · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · so 10.00 bis 14.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 10.7.2011 · € 21.– · 14 Plätze

Historische Tänze aus dem 16. Jahrhundert
Dieses Wochenendseminar führt uns auf eine Reise kreuz und quer durch das Europa des 16. Jahrhunderts. Wir begegnen französischen Kreistänzen und Pavanen, italienischen Paartänzen, frühen englischen Country Dances und Allemandes aus dem 16. und frühen 17. Jahrhundert. Die bunte Auswahl an einfachen Tänzen bietet einen Überblick über die reizvolle und vielfältige Tanzlandschaft dieser Epoche.
Tänzerische Vorkenntnisse und paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Trainingskleidung und Tanzschuhe mit flexiblen Ledersohlen (keine Straßenschuhe).

EG 3047 – Wochenendseminar – Innenstadt
Nicolle Klinkeberg · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 14.00 bis 18.30 Uhr · so 11.00 bis 15.30 Uhr (jeweils mit 30 Minuten Pause) · 9./10.7.2011 · € 36.– · 18 Plätze

Zeitgenössischer Tanz und Qigong
Die zeitlupenartigen, fließenden Übungen der über 4000 Jahre alten chinesischen Bewegungskunst intensivieren die Körperwahrnehmung, lösen Energieblockaden und stärken die Haltung. Nach dieser Vorbereitung werden die „ersten Schritte" der zeitgenössischen Tanztechniken (z. B. Humphrey/Limón, Cunningham, Release Technique) gemacht – ein gründliches Aufwärmtraining, einfache Bewegungsfolgen durch den Raum und zum Schluss ein kurzer Choreografieteil.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: ein großes Handtuch oder eine Gymnastikmatte, bequeme Kleidung und Socken.

EG 3091 – Wochenendseminar – Innenstadt
Ruth Golic · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 14.00 bis 17.30 Uhr · so 11.00 bis 14.30 Uhr (jeweils mit 30 Minuten Pause) · 30./31.7.2011 · € 35.– · 12 Plätze

„Happy Feet" – Stepptanz
Beim Stepptanz werden die Füße zu Instrumenten gemacht, indem Metallplättchen an den Schuhsohlen befestigt werden. Dieser akustische Tanzstil entstand schon vor 1800 in den USA u. a. aus der irischen jig und den Klopftänzen verschleppter sudanesischer Sklaven. Und ob damals Kinovergnügen mit Gene Kelly und Co., heute die Shows wie Stomp und Tap Dogs oder steppende Pinguine im Animationsfilm „Happy Feet" – Stepptanz ist einfach ein Dauerbrenner.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: leichte Schuhe mit sauberen Ledersohlen oder Steppschuhe.

EM 3123 – Samstagsseminar – Innenstadt
Jana Dobrick · Anfänger/innen ohne und mit Grundkenntnisse/n · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · sa 13.00 bis 18.00 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 16.7.2011 · € 23.– · 14 Plätze

Musical-Jazz-Dance
Entstanden zu Beginn des letzten Jahrhunderts am New Yorker Broadway, trat das Musical einen weltweiten Siegeszug durch die Theater und Kinosäle an. „Ein Amerikaner in Paris", „West Side Story", „Grease", „Cats", „A chorus line" und „Moulin Rouge" und „Chicago" – ohne die mitreißenden Tanzszenen nur halb so schön! Nach einem gründlichen Warm-up aus unterschiedlichen Jazz-Dance-Techniken werden Musical-Choreografien einstudiert.
Tänzerische Vorkenntnisse werden zwar nicht vorausgesetzt, aber Bewegungserfahrung (z. B. Sport, Fitness, Tanz) und Kondition sind von Vorteil.
Bitte mitbringen: Jazz-Dance- oder Gymnastik-Schuhe mit Ledersohlen und bequeme Kleidung.

ES 3133 – Wochenendseminar – Sendling
Veronika von Lauer-Münchhofen · Anfänger/innen ohne und mit Grundkenntnisse/n · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · so 11.00 bis 15.00 Uhr · 9./10.7.2011 · € 40.– · 14 Plätze

Street Dance und HipHop
Ursprünglich Subkultur in den Straßenschluchten der New Yorker Bronx, werden Street Dance und HipHop heute in Videoclips, Tanzstudios, Clubs und sogar auf großen Theaterbühnen getanzt. Funky Moves und Coolness zu Black Music, Rap, R'n'B, Soul und Funk – etwas Kondition oder tänzerische Grundkenntnisse (z. B. Jazz Dance) wären daher nicht schlecht.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Sportkleidung und unbedingt saubere Hallenturnschuhe.

EM 3167 – Wochenendseminar – Innenstadt
Susanne Hörmann (SouSee Q) · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · sa/so 14.00 bis 17.30 Uhr (jeweils mit 30 Minuten Pause) · 23./24.7.2011 · € 30.– · 14 Plätze

Capoeira – Kampftanz aus Brasilien
Capoeira wurde von afrobrasilianischen Sklaven entwickelt, denen jegliche Art von Selbstverteidigungstraining verboten war. Sie vermischten Akrobatik, Angriff und Verteidigung mit tänzerischen und spielerischen Elementen. Das Spiel folgte dem Rhythmus traditioneller Musik und wurde paarweise ausgetragen. Erst im 20. Jahrhundert wurde Capoeira in Brasilien offiziell zugelassen und zählt heute dort zum großen kulturellen Erbe.
Voraussetzung: Beweglichkeit und etwas Kondition.
Paarweise Anmeldung ist nicht erforderlich.

EO 3197 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Juanito Heldmann · Anfänger/innen ohne und mit Grundkenntnisse/n · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · sa/so 11.00 bis 14.30 Uhr (jeweils mit 30 Minuten Pause) · 9./10.7.2011 · € 30.– · 14 Plätze

Paartänze – Salsa, Merengue und Bachata
Karibische Tänze – das ist wie genussvolles Schlemmen (zu zweit). Merengue, hispanisch für „Baiser", entstand in der Dominikanischen Republik, ist relativ einfach zu erlernen und daher eine gute „Vorspeise" für andere Latinotänze. Das mitreißend-würzige Gegenstück Salsa, hispanisch für „Soße", stammt ursprünglich von der Karibikinsel Kuba und existiert inzwischen weltweit in einer Vielzahl unterschiedlicher Stile. Nicht technische Perfektion und Wettbewerb, sondern Lebensfreude, Spaß an Musik und Bewegung und natürlich der lockere Hüftschwung stehen hier im Vordergrund.
Auch der dominikanische Bachata, meist eng und hüftbetont getanzt, steht mit auf dem Programm.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Paarweise Anmeldung ist nicht erforderlich, aber von Vorteil, da die ausgewogene Anzahl von Damen und Herren nicht garantiert werden kann.
Bitte mitbringen: flache Tanz-, Gymnastik- oder Jazz-Dance-Schuhe mit Ledersohlen (keine Straßenschuhe) und bequeme Kleidung.

ES 3233 – Wochenendseminar – Sendling
Arturo Salazar · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 12.00 bis 16.00 Uhr · 13./14.8.2011 · € 36.– · 18 Plätze

Offenes Programm im Gasteig
Latinotänze „ohne Paarzwang"
Sie kennen das: Der Göttergatte ist ein Tanzmuffel, die Freundin hat zwei linke Füße – kein Problem, hier gibt's Tanzvergnügen auch ohne Partner/in. Lebhafte, einfache Gruppentänze in Kreis- oder Reihenformation – Grundschritte aus den lateinamerikanischen Tänzen (z. B. Cha-Cha-Cha, Salsa, Bachata, Mambo, Samba) – mitreißende (Latino-)Hits von heute und gestern – ideal für Partys, festliche Anlässe oder einfach nur als Fitnesstraining.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Für alle Altersstufen geeignet.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Tanz-, Gymnastik- oder Jazz-Dance-Schuhe mit Ledersohlen (keine Straßenschuhe, keine spitzen Absätze) und Getränke.
Der Einstieg ist, auch ohne Vorkenntnisse, zu jedem Termin möglich.

EG 3361 E – Innenstadt
Carlos Enrique Quispe Allende · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Raum 0.108 · 5 x mi 19.45 bis 21.15 Uhr · 3.8., 10.8., 17.8., 24.8., 31.8.2011 · Keine Anmeldung · Karten € 6.– je Einzeltermin nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek

Latin HipHop
Latin HipHop ist Fusion! Latino-Steps gemixt mit HipHop-Moves zur heißen Melange aus aktuellen brasilianischen, jamaikanischen, lateinamerikanischen und schwarzen Sounds getanzt – noch globaler geht's gar nicht. Erst einfache Grundschritte zum Einstieg, dann trendige Choreografien für das Multi-Kulti-Feeling – und nach dem Workshop ab in den nächsten Club.
Tänzerische Vorkenntnisse und paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Gymnastik- oder flache Tanzschuhe mit Ledersohlen (keine Straßenschuhe).

EN 3249 – Samstagsseminar – Am Hart
Carlos Enrique Quispe Allende · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa 10.00 bis 13.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 16.7.2011 · € 16.– · 14 Plätze

Offenes Programm im Gasteig
Solo-Charleston der Zwanziger – auch für Männer
Charleston, der erste Modetanz des 20. Jahrhunderts, ist elegant bis frivol, virtuos und ungebügelt und immer ein Garant für gute Laune. Der unverwechselbare Grundschritt mit den X- und O-Beinen und witzige Figuren, wie z.B. „Scarecrow", „Spank the baby", „Penguin Walks", „Black Bottom", machen ihn zum beschwingten Hingucker im 4/4-Takt. Die Jazzmusik der „Roaring Twenties" (Ragtime, Dixieland, New Orleans Jazz) ist dafür die musikalische Grundlage. Charleston ist wieder brandaktuell, und wir holen ihn jetzt auch ins 21. Jahrhundert.Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Einstieg ist, auch ohne Vorkenntnisse, zu jedem Termin möglich. Paarweise Teilnahme ist nicht erforderlich, da der Solo-Charleston auf dem Programm steht.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Tanzschuhe mit flachen Absätzen und glatten Sohlen (Leder oder hartes Gummi ohne Profil; keine Straßenschuhe) oder Gymnastikschuhe mt Ledersohlen und Getränke.

EG 3333 E – Innenstadt
Christine von Scheidt/Lala Adueva/Andrea Schmidmeir · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Raum 0.108 · 5 x di 20.00 bis 21.30 Uhr · 2.8., 9.8., 16.8., 23.8. und 30.8.2011 · Keine Anmeldung · Karten € 6.– je Einzeltermin nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek

Offenes Programm im Gasteig
Line-Dance
Der amerikanische Line-Dance entstand, als Frauen bei den Cowboys „Mangelware" waren, und ist daher ein „Tanzvergnügen ohne Paarzwang". Die Schrittkombinationen werden in Reihenformation ohne festen/feste Tanzpartner/in zu (New) Country and Western, Pop, Rock etc. getanzt. Die Choreografien sind leicht zu erlernen, für jede Altersklasse (und besonders auch für Männer) geeignet und ein ideales Training für Kondition und Koordination. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Einstieg ist, auch ohne Vorkenntnisse, zu jedem Termin möglich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Tanz-, Jazz-Dance- oder Gymnastik-Schuhe mit Ledersohlen und Getränke.

EG 3365 E – Innenstadt
Richard Lootens/Dr. Peter Klutke · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Raum 0.108 · 3 x di 20.00 bis 21.30 Uhr · 12.7., 19.7. und 26.7.2011 · Keine Anmeldung · Karten € 4.– je Einzeltermin nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek

Paartanz – Charleston
Die Füße twisten, Arme schwingen, der Allerwerteste ist beherzt beteiligt, und der Knoten in den Knien gehört auch dazu. Der Charleston war die freizügige, rasante Neuentdeckung der wilden Zwanziger. Die Lust am Jazz und nicht zuletzt die technische Sensation des Grammophons führten zu einem ungeahnten, weltweiten Charlestonfieber. Radikal neu und „shocking" war auch, dass Frauen in Hosen und Anzüge schlüpften und jetzt die Männerschritte tanzten. Hier steht der Paar-Charleston auf dem Programm, und vergnügliche „Verwicklungen" sind garantiert.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte unbedingt paarweise anmelden; nur telefonische, schriftliche und persönliche Anmeldung.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Tanzschuhe mit flachen Absätzen und glatten Sohlen (Leder oder hartes Gummi ohne Profil, keine Straßenschuhe) oder Gymnastikschuhe mit Ledersohlen und Getränke.

ES 3349 – Sonntagsseminar – Sendling
Christine von Scheidt/N.N. · Nur für Paare · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · so 11.00 bis 14.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 17.7.2011 · € 28.– · 12 Plätze

Volkstänze aus der Türkei
Anatolien, Wiege unzähliger Kulturen, verfügt über ein reiches Erbe vielfältiger Volkskunst – Tänze, Musik, Trachten … Die Folkloretänze erzählen Geschichten über das Leben, z. B. die Werbung eines Mannes um die Gunst einer Frau oder den täglichen Kampf der Menschen mit Mutter Natur um die Ernte. Sie werden in die Rhythmen der verschiedenen Regionen Anatoliens, z. B. Thrazien, eingeführt und lernen die dazugehörigen Tänze kennen.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und saubere Hallenturnschuhe.

ES 3441 – Samstagsseminar – Sendling
Serdar Yolcu · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 11.00 bis 15.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 30.7.2011 · € 24.– · 12 Plätze

Klezmer-„Tants" mit Live-Musik-Begleitung
Klezmer, die Hochzeits- und Festmusik der osteuropäischen Juden, erlebt seit den siebziger Jahren eine weltweite Renaissance, und inzwischen werden auch die traditionellen Tänze wiederbelebt. Der größte Teil des Klezmer-Repertoires sind Gemeinschaftstänze. Hora, Sher, Khossidl und Freylekhs bieten mal langsam, mal schnell, schlängelnd und kreiselnd, aufregend abwechslungsreiche Formationen. Die Kreis- und Reihentänze, Karree-Formationen und Paartänze beruhen auf einfachen Grundschritten, so dass Neulinge schnell ins Tanzvergnügen einsteigen können.
Tänzerische Vorkenntnisse und paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.
Mit Live-Musik-Begleitung auf Klarinette und Akkordeon; die Kosten sind in der Kursgebühr enthalten.
Bitte mitbringen: flache Tanz-, Gymnastik- oder Jazz-Dance-Schuhe mit Ledersohlen (keine Straßenschuhe) und bequeme Kleidung.

EW 3433 – Samstagsseminar – Neuhausen
Andrea Pancur/Alexander Maier (Klarinette)/Bartek Stanczyk (Akkordeon) · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · sa 10.00 bis 14.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 16.7.2011 · € 40.– · 14 Plätze

Square Dance
Dieser beliebte amerikanische Volkstanz wird von je vier Paaren in Viereckformation zu Country and Western, Schlagern und aktueller Popmusik getanzt. Die weltweit einheitlichen Schrittfolgen werden von einem Ausrufer („Caller") angesagt und können in jedem Club rund um den Globus sofort mitgetanzt werden. Und um den chronischen Tanzpartnermangel auszugleichen, stellen sich für dieses Seminar freundlicherweise erfahrene Tänzer/innen (so genannte „Angels") aus den Reihen des „Dip-n-Divers Square Dance Club e. V." zur Verfügung.
Lehr- und Informationsmaterial wird gestellt und ist in der Kursgebühr enthalten. Tänzerische Vorkenntnisse und paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache Tanz-, Jazz-Dance- oder Gymnastik-Schuhe mit Ledersohlen (keine Straßenschuhe).
In Kooperation mit dem Dip-n-Divers Square Dance Club e. V.

EN 3421 – Sonntagsseminar – Am Hart
Toni Sedlmayr · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · so 10.00 bis 14.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 10.7.2011 · € 28.– · 10 Plätze

Tänze aus der Südsee
Hawaii, Bora Bora, Tahiti, Rapa Nui (Osterinsel), Samoa, Tonga, Fidschi – Inselhopping liegt im Trend. Deshalb begeben wir uns auf eine Rundreise durch den Südpazifik und lernen die exotische Vielfalt der Tanzformen und Kulturen, ihre Gemeinsamkeiten und Unterschiede kennen. Auf unserem Ausflug begegnen wir temperamentvollen und sanften Südsee-Tänzen, melodiösen Liedern sowie treibenden Trommelrhythmen und den verschiedensten Mythen und Traditionen. Tänzerische Vorkenntnisse sind erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Trainingskleidung, ein kurzes Hüfttuch, Socken oder Gymnastikschuhe mit Ledersohlen; Frauen, falls vorhanden, Blumenspange oder -schmuck für das Haar; Getränke.

EG 3465 – Wochenendseminar – Innenstadt
Viviana Del Río · Nur für Frauen · Anfängerinnen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 10.00 bis 14.00 Uhr (jeweils mit 30 Minuten Pause) · 16./17.7.2011 · € 35.– · 14 Plätze

Klassischer japanischer Kabuki-Tanz
Der klassische japanische Kabuki-Tanz stammt aus dem Beginn des 17. Jahrhunderts und ist eine Stilsynthese aus religiösen, höfisch-zeremoniellen und bäuerlich-komischen Tanzelementen. Mit Hilfe von Make-up, Kostümen und Requisiten, wie z. B. Fächern und Tüchern, werden tänzerisch und pantomimisch Geschichten dargestellt. Einführend werden die grundlegenden Bewegungsprinzipien zu klassisch-japanischer Musik vermittelt und geübt. Dann werden bekannte Tänze (z. B. der Kirschblüten-Tanz „Sakura-Sakura") vorgestellt und kurze Teile daraus einstudiert.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; Bewegungserfahrung, auch aus anderen Tanzrichtungen, ist von Vorteil.
Bitte mitbringen: einen langen Rock oder ein langes Kleid (Männer eine bequeme Trainingshose), falls vorhanden, einen Kimono; ein großes Tuch, das die Schultern bedeckt und bis zu den Handgelenken reicht, Socken (keine Stopp-Socken).

EG 3477 – Innenstadt
Eiko Hayashi · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 19.30 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 56.– · 6 Plätze

Offenes Programm im Gasteig
Bollywood-Dance aus Indien
Bollywood boomt! Tragik und Komik, Action und Glamour sind die Zutaten der beliebten Blockbuster, gewürzt werden sie mit üppigen, musicalartigen Tanzszenen und poppig-eingängigen Soundtracks. Die Choreografien sind ein Mix aus klassischen indischen Tanzformen (z. B. Bharatanatyam, Manipuri) und Trends aus Videoclips (z. B. HipHop, Streetdance). Zu einem Bombay-Filmsong wird der Text in Mimik, Gestik und Tanzschritte „übersetzt" und eine Choreografie einstudiert. Bollywood-Dance ist ein guter Einstieg in klassische indische Tanzstile.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Einstieg ist, auch ohne Vorkenntnisse, zu jedem Termin möglich.
Bitte mitbringen: ein eng anliegendes T-Shirt oder Tanztrikot, Leggings, dicke Baumwollsocken, ein großes Tuch, Brotzeit und Getränke.

EG 3497 E – Innenstadt
Aparajita Koch/Carolin Dassel · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Raum 0.108 · 5 x sa 18.00 bis 19.30 Uhr · 30.7., 6.8., 13.8., 20.8. und 27.8.2011 · Keine Anmeldung · Karten € 6.– je Einzeltermin nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek

Secondhand-Bauchtanz-Basar
Die Schublade mit Bauchtanz-Outfits quillt über, aber Sie haben trotzdem nichts Passendes anzuziehen? Sie möchten Ihre alten Orient-CDs und Tanzkostüme loswerden, aber nicht einfach wegwerfen? Neue Zimbeln sind Ihnen zu teuer? Dann ist dieser Secondhand-Basar die passende Gelegenheit – verkaufen, stöbern, tauschen, Schnäppchen machen und natürlich über Orientalischen Tanz plaudern.
Der Basar findet im Gebäude und daher bei jedem Wetter statt.
Der Eintritt für Besucher/innen ist frei.
Für die Gebühr von € 4.– werden (privaten) Verkäufer(inne)n ein Tisch (ca. 1,20 x 0,60 Meter) und ein Stuhl gestellt.
Anhörmöglichkeit für CDs und Kassetten und Anproberaum mit Spiegeln sind vorhanden.
Weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon (089) 62 08 20–0.

EO 3517 E – Basar – Giesing
Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa 10.00 bis 14.00 Uhr · 16.7.2011

Offenes Programm im Gasteig
Fit mit Orientalischem Tanz (Bauchtanz)
Einfach einmal abschalten – anregende orientalische Musik, leichte Gymnastikübungen, Grundfiguren aus dem Orientalischen Tanz und zum Schluss eine kleine Tanzkombination. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Einstieg ist, auch ohne Vorkenntnisse, zu jedem Termin möglich. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Gymnastikschuhe mit Ledersohlen oder Socken.

EG 3529 E – Innenstadt
Claudia Engl/Else Diederichs · Nur für Frauen · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Raum 0.108 · 3 x fr 10.30 bis 12.00 Uhr · 15.7., 22.7. und 29.7.2011 · Keine Anmeldung · Karten € 5.– je Einzeltermin nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek

EG 3533 E – Innenstadt
Christina Norris · Nur für Frauen · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Raum 0.108 · 4 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 1.8., 8.8., 22.8., 29.8.2011 · Keine Anmeldung · Karten € 5.– je Einzeltermin nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek

Orientalischer Tanz – Folkloretanz aus Nubien
Die Region Nubien erstreckt sich entlang des Nils von Südägypten bis in den Sudan. Nubische Tänze sind daher von arabischen wie afrikanischen Einflüssen geprägt. Federnde, rhythmische Schritte vereinen sich mit weicheren Hüft- und Oberkörperbewegungen. Traditionell tragen die Frauen zu ihren farbenprächtigen Kleidern einen Kopfschleier. Nach der Einführung in die Grundbewegungen des nubischen Tanzes wird mit diesem Kopfschleier eine fröhliche Choreografie einstudiert, die in der Gruppe wie auch solistisch getanzt werden kann.
Für Anfängerinnen ohne Vorkenntnisse bis Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, einen weiten Rock, ein Baumwolltuch (als Unterlage für den Kopfschleier), ein großes Hüfttuch, Gymnastikschuhe mit Ledersohlen; falls vorhanden, einen Bauchtanzschleier.

EN 3621 – Sonntagsseminar – Am Hart
Martina Riedl · Nur für Frauen · Anfängerinnen ohne Vorkenntnisse bis Fortgeschrittene · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · so 11.00 bis 15.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 10.7.2011 · € 24.– · 12 Plätze

Flamenco-Schnuppertag
Neugierig auf den kraftvoll-leidenschaftlichen Tanz der andalusischen Zigeuner? An diesem Schnuppertag lernen Sie einfache Grundschritte verschiedener Tänze, erste Flamenco-steppschritte („zapateados"), leichte Hand- und Armbewegungen („braceos") und das typische, rhythmische Klatschen („palmas") kennen.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: geschlossene Tanzschuhe mit Ledersohlen und festem Absatz (notfalls Straßenschuhe mit sauberen Ledersohlen, aber keine Stilettos, Pantoletten, Sandalen oder Turnschuhe); Frauen einen langen weiten Rock, falls vorhanden.

EM 3657 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Silvia Marival · Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · so 11.00 bis 14.00 Uhr · 17.7.2011 · € 16.– · 14 Plätze

Flamenco – Kastagnettenspieltechnik
Kastagnetten sind wichtige Accessoires bei der musikalischen Begleitung des spanischen Flamencotanzes. Wir erlernen die richtige Körper-, Arm- und Handhaltung, rhythmisch-musikalische Grundlagen und erhalten eine Einführung in die wichtigsten Grundrhythmen zu Originalmelodien. Willkommen sind auch Musiker/innen und Fans der spanischen Musik.
Am Ende des Seminars ist eine schriftliche Übungsanleitung erhältlich.
Bitte eigene Kastagnetten mitbringen.

EM 3695 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Silvia Marival · Anfänger/innen mit Grundkenntnissen · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · so 14.30 bis 16.30 Uhr · 17.7.2011 · € 11.– · 14 Plätze

Senioren Volkshochschule

Meditative Kreistänze und internationale Folklore
Die Ruhe meditativer Kreistänze und die lebendige Kraft der Folkloretänze aus unterschiedlichen Kulturkreisen wirken harmonisierend auf Körper, Geist und Seele. Die zum Teil Jahrhunderte alten Tänze und Melodien bringen unsere Lebensfreude und -energie zum Fließen. Und die Gemeinschaft im Kreis mit anderen lässt uns Nähe und Verbundenheit spüren.
Bitte mitbringen: Gymnastik- oder Tanzschuhe (keine Straßenschuhe).

EN 3833 – Samstagsseminar – Am Hart
Eva Frank · Für Senior(inn)en · Anfänger/innen ohne und mit Grundkenntnisse/n · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa 10.00 bis 14.00 Uhr · 16.7.2011 · € 19.–

„Rundherum und reihenweise"
Volkstänze und Line-Dance
Auf dem Programm stehen Kreis- und Reihentänze, internationale Volkstänze und neu gestaltete Choreografien zu traditionellen Liedern sowie moderner Musik (keine Country-Musik). Das gemeinsame Vergnügen an tänzerischer Bewegung und vielfältiger Musik weckt die Lebensgeister und bringt Körper und Seele in Schwung.
Bitte mitbringen: bequeme, flache Tanzschuhe (keine Straßenschuhe).

EN 3839 – Samstagsseminar – Schwabing
Astrid Brockmann · Für Senior(inn)en · Anfänger/innen ohne und mit Grundkenntnisse/n · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · sa 10.00 bis 16.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 16.7.2011 · € 25.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich

Fotografie und Video/Film

Fotografie in der Sammlung Goetz
Vortrag von Karsten Löckemann
Die Sammlung Goetz ist eine private Sammlung zeitgenössischer Kunst. Neben Zeichnungen, Grafiken und Gemälden werden Fotografien, Video- und Filmarbeiten, zum Teil auch raumfüllende Installationen einer jüngeren Künstlergeneration zusammengetragen und wissenschaftlich betreut. Der Fotobestand der Sammlung umfasst rund 1300 Arbeiten von mehr als 70 Künstler(inne)n. Positionen der unmittelbaren Gegenwart, etwa von Wolfgang Tillmans, Robin Rhode oder Tobias Zielony, stehen neben bedeutenden Werkgruppen arrivierter Künstler wie William Eggleston oder Walker Evans. Der Kunsthistoriker und Kurator Karsten Löckemann wird im Vortrag nicht nur die unterschiedlichen Positionen vorstellen, sondern auch Hintergründe der Sammlung Fotografie von Ingvild Goetz beleuchten.
Karsten Löckemann arbeitet seit 2004 als wissenschaftlicher Mitarbeiter der Sammlung Goetz und ist seit 2007 der verantwortliche Referent für die Fotosammlung.
Die von Verena Hein und Karsten Löckemann kuratierte Ausstellung „Street Life und Home Stories – Fotografien aus der Sammlung Goetz" ist noch bis 11. September 2011 im Museum Villa Stuck zu sehen.

EG 9002 E – Vortrag – Innenstadt
Karsten Löckemann · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 20.7.2011 · € 6.– · Gebührenfrei für Lehrkräfte des Fachgebiets · Anmeldung jedoch erforderlich · ♿

Fotografie im Gespräch – „Street Life and Home Stories" – Fotografien aus der Sammlung Goetz
Die Sammlung Fotografie Goetz ist in diesem Sommer in der Villa Stuck zu Gast. Unter dem Titel „Street Life and Home Stories" werden erstmalig die unterschiedlichen fotografischen Positionen von rund 25 Künstlerinnen und Künstlern aus der Sammlung von Ingvild Goetz im Überblick präsentiert. Die Ausstellung zeigt eine Gegenüberstellung von klassischen Werken und aktuellen Positionen. Im Bild festgehaltene Lebensgeschichten mit ihrem Bezug zu gesellschaftlichen, politischen und sozialen Themen stehen neben subjektiven Betrachtungsweisen. Der Kurs bietet eine Einführung in die Fotosammlung Goetz, Informationen zu den unterschiedlichen Positionen aus fotografischer Sicht und Raum für das Gespräch über Fotografie. Im Anschluss daran erfolgt der Ausstellungsbesuch in der Villa Stuck. Vor Ort wird die Kuratorin Verena Hein für weitere Fragen zur Verfügung stehen.

EG 9009 – Innenstadt
Monika Clara Hoffmann · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 15.00 bis 18.00 Uhr · 21.7.2011 · € 15.– · Gebührenfrei für Lehrkräfte des Fachgebiets · Anmeldung jedoch erforderlich · 12 Plätze

Digitale Fotografie mit Bildbearbeitung
Basiskurs
In diesem Kurs werden ausführlich die Grundlagen der Fotografie in Theorie und Praxis erarbeitet. Die Wahl von Belichtungszeit, Blende, Brennweite und Aufnahmeperspektive wird erläutert, ebenso die gestalterischen Aspekte wie Formen, Farben und der Umgang mit dem Licht. Im zweiten Teil geht es darum, wie Bilder auf den PC übertragen und wie sie dort bearbeitet und optimiert werden können. Wie bringe ich Fotos zu Papier, wie ins Internet und worauf muss ich dabei achten? Übungsbilder werden im Kurs erstellt. Wir arbeiten mit dem Programm Adobe Photoshop Elements.
Voraussetzungen: digitale Kamera, Kamerahandbuch, Übertragungskabel, PC-Grundkenntnisse.

EW 9155 – Wochenendseminar – Pasing
Noah Cohen · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 17./18.9.2011 · € 92.– · 9 Plätze

Digitale Fotografie mit Bildbearbeitung für Frauen
Basiskurs
Eine Digitalkamera funktioniert nicht anders als jede andere Kamera – nur ohne Film. Im ersten Teil werden die Grundlagen der Fotografie wie Blende, Belichtung, Tiefenschärfe und Bildgestaltung vermittelt. Diese theoretischen Kenntnisse werden in der Praxis umgesetzt und es wird viel fotografiert. Im zweiten Teil können Sie die Resultate am Bildschirm bearbeiten. Hier geht es um die Fragen: Wie übertrage ich die Bilder auf den PC? In welchem Format kann ich die Bilder abspeichern? Wie drucke ich die Fotos aus? Fotoretusche und das Arbeiten mit Tonwertkorrektur und Farbbalance wird ebenso vermittelt. Wir arbeiten mit dem Programm Adobe Photoshop Elements.
Voraussetzung: digitale Kamera, PC-Grundkenntnisse.

EN 9160 – Wochenendseminar – Am Hart
Astrid Ackermann · Nur für Frauen · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 23./24.7.2011 · € 92.– · 8 Plätze · ♿

Digitale Bildbearbeitung in der Fotografie
Basiskurs
Der Kurs vermittelt die Grundlagen der Bildbearbeitung. Wichtige Bildoptimierungsfunktionen, wie Tonwertumfang, Kontrast- und Farbkorrektur sowie Auswahl- und Retuschewerkzeuge stehen im Mittelpunkt. Zudem führt der Kurs in die Organisation und Archivierung von digitalen Bildern auf dem PC ein. Die Teilnehmer/innen üben, ihre bearbeiteten Bilder für Webseiten und Diashows aus dem Programm heraus zu erstellen und Bilder so vorzubereiten, dass sie im Fotolabor korrekt beschnitten und gedruckt werden können. Es wird mit dem Programm Adobe Photoshop Elements gearbeitet. Materialkosten für eine CD mit allen Unterrichtsmaterialien werden im Kurs abgerechnet (€ 10.–).
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

EO 9217 – Wochenendseminar – Giesing
Eberhard Gronau · Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 23./24.7.2011 · € 97.– · 8 Plätze

EW 9221 – Wochenendseminar – Pasing
Kai Schlender · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 30./31.7.2011 · € 97.– · 9 Plätze

Digitale Bildbearbeitung in der Fotografie
Aufbaukurs
Der Kurs bietet weiterführendes Wissen in den Anwendungsbereichen von Bildbearbeitungsprogrammen wie Adobe Photoshop Elements. Im Mittelpunkt steht die Bildbeurteilung. Welches Werkzeug benötige ich für welches Problem? Wie beurteile ich Kontrast, Farbe, Tonwerte und Schärfe? Sie lernen fortgeschrittene Bearbeitungsmethoden kennen, die in individuellen Übungen ausgearbeitet werden und erstellen erste Composings. Darüber hinaus werden wichtige Hinweise für den Ausdruck gegeben. Materialkosten für Druckerpapier und eine CD mit allen Unterrichtsmaterialien werden im Kurs abgerechnet (€ 15.–).
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse, Basiswissen Bildbearbeitung.

EN 9230 – Am Hart
Kai Schlender · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 3 x fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 15.7. bis 29.7.2011 · € 73.– · 8 Plätze · ♿

Formen, Strukturen, Rhythmen
Abstrakte Darstellungen in der klassischen Schwarz-Weiß-Fotografie
Strukturen, Formen, Licht- und Schattenspiele sind überall zu entdecken, besonders aber in den Bereichen Architektur- und Makrofotografie. Gerade durch den Verzicht auf die realistische Darstellung öffnen sich mit den Mitteln der S/W-Foto grafie Türen zu einer faszinierenden Bilderwelt. In der Vorbesprechung lassen wir uns von Bildern berühmter Fotokünstler wie z. B. Man Ray und André Kertész inspirieren. Bei der Exkursion wird der Blick für diese abstrakten Bilder geschult und die fotografischen Mittel dafür eingesetzt.
Im S/W-Labor erarbeiten wir Tricks und Möglichkeiten, um feine Grauwerte oder starke Kontraste in ihrer ganzen Bandbreite auf dem Fotopapier zum Ausdruck zu bringen. Eine spezielle Ausrüstung ist nicht erforderlich, Grundkenntnisse sind erwünscht. Materialgeld (ca. € 15.–) für Filme, Chemie und Fotopapier werden nach Verbrauch abgerechnet.
Voraussetzung: analoge Spiegelreflexkamera.

EN 9282 – Wochenendseminar – Am Hart
Bruno Weiß · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 18.00 bis 20.00 Uhr · sa 10.00 bis 16.00 Uhr · so 10.00 bis 18.00 Uhr · 15./16./17.7.2011 · € 87.– · 8 Plätze · ♿

Bildgestaltung in der kreativen Digitalfotografie
Aufbaukurs
Die Grundlagen der Bildgestaltung in der Digitalfotografie werden vertieft. Wichtige Gestaltungsmittel wie Raum und Fläche, Rhythmus, Reihenfolge, Dynamik, Ruhe, Statik im Bild und Spiegelungen werden erläutert und in der Praxis umgesetzt. Aber auch Sehgewohnheiten und die Wirkung emotionaler Bildelemente werden anhand von Beispielen aufgezeigt. Bei der Exkursion können die unterschiedlichen Ideen ausgearbeitet werden. Die Ergebnisse werden am PC nachbearbeitet und in der Bildbesprechung ausgewertet. Sie sollten sich mit der Bedienung Ihrer Kamera bereits auskennen.
Voraussetzung: digitale Kamera, Stativ (falls vorhanden), PC-Grundkenntnisse.

EW 9375 – Wochenendseminar – Pasing
Peter Masanetz · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 92.– · 9 Plätze · ♿

Fotografien der Nacht
Eines der faszinierendsten fotografischen Themen ist die Nacht. Das Spiel zwischen Licht und Dunkelheit lässt eine geheimnisvolle Bilderwelt voll Magie entstehen. In der Einführung werden die Belichtungs- und Entwicklungsmaßnahmen besprochen, die notwendig sind, um die besonderen Kontrastsituationen zu beherrschen und die Atmosphäre der Nacht optimal auf dem Bild wiederzugeben. Bei den Exkursionen erproben wir das Gelernte. Eine Auswahl der Fotografien wird von den Teilnehmer(inne)n im S/W-Labor ausgearbeitet. Materialkosten für S/W-Filme, Fotopapier etc. werden im Kurs abgerechnet.
Voraussetzung: analoge Fotokamera (mit manueller Belichtungseinstellung), Stativ, Drahtauslöser und Taschenlampe (falls vorhanden).

EN 9402 – Wochenendseminar – Am Hart
Bruno Weiß · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 19.00 bis 22.00 Uhr · sa 16.00 bis 23.00 Uhr · so 10.00 bis 16.00 Uhr · 23./24./25.9.2011 · € 90.– · 8 Plätze · ♿

Porträtstudien in der Fotografie – Aufbaukurs
Der Aufbaukurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die ihr Wissen vertiefen und weitere praktische Erfahrung sammeln wollen. Den Charakter einer Person zu erfassen und dann die Umsetzung im Bild zu realisieren und zu gestalten, bedarf der intensiven Übung. Variationen zum Thema Front- und Seitenlicht, Zangenlicht etc. werden ausgearbeitet. Eigene Ideen werden professionell umgesetzt, bereits erlernte Techniken der Lichtführung verfeinert und die unterschiedlichsten Mittel der Bildgestaltung werden angewandt. Die ausführliche Besprechung der Fotos, die Analyse der Bildideen und die Entwicklung von Bildkonzepten und Präsentationsformen sind ebenfalls Inhalt des Kurses.
Voraussetzung: analoge oder digitale Kamera.

ES 9422 – Hadern
Sabine Klem · Volkshochschule · Guardinistr. 90 · Vorbesprechung: fr 18.30 bis 21.30 Uhr · 15.7.2011 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · Nachbesprechung: di 18.30 bis 21.30 Uhr · 26.7.2011 · € 74.– · 9 Plätze · ♿

Porträtfotografie mit einfachen Mitteln
Von der Aufnahme zur Präsentation im Fotobuch
Ziel des Kurses ist es, Aufnahmen zu gestalten, die durch ihre ästhetische Qualität aus der üblichen Bilderflut herausragen und diese in einem Fotobuch zu präsentieren. Anhand von Bildmaterial werden Ideen aufgezeigt, faszinierende Porträts ohne große technische Spielereien zu gestalten. Beim gegenseitigen Fotografieren können Bildideen erprobt und realisiert werden. Im Anschluss wird mit ausgewählten Bildern ein Fotobuch erstellt. Da die Fotobuchanbieter unkomplizierte Lösungen hierfür bereit stellen, können wir uns intensiv dem Thema der passenden Gestaltung widmen, sodass sich am Ende jede/r auf ein Dokument mit einzigartigen Porträtaufnahmen freuen kann.
Voraussetzung: digitale Kamera, fotografische Grundkenntnisse, PC-Grundkentnisse.

EN 9428 – Wochenendseminar – Am Hart
Bruno Weiß · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 16.00 Uhr · so 10.00 bis 17.30 Uhr · 22./23./24.7.2011 · € 89.– · 8 Plätze · ♿

Porträtfotografie digital mit Bildbearbeitung – Aufbaukurs
Ein Kurs für alle, die bereits im Porträtbereich analog oder digital gearbeitet haben und ihr Wissen intensivieren möchten. Was unterscheidet ein Charakterlicht von einem Beautylicht? Wie setze ich die Person in einen spannenden Bezug zum Raum? Wie gestalte ich den Bildaufbau? Es werden mit einer Blitzanlage Studioaufnahmen gemacht, dabei wird auf Mimik und charakterliche Darstellung des Fotografierten geachtet und diese mittels Lichtführung betont. Je nach Wetterlage wird auch mit Tageslicht eine Bildkomposition mit

Person im Außenraum erarbeitet. Die fotografischen Gestaltungsmittel wie goldener Schnitt, optische Mitte, Vorder-/Hintergrundverhältnis etc. werden vermittelt. Anschließend werden die Bilder am Computer bearbeitet, z. B. Tonen, Verändern der Graustufen oder Umwandeln in S/W.
Bitte zur Vorbesprechung Bildmaterial mitbringen.
Voraussetzung: digitale Spiegelreflexkamera, Aufsteckblitz, PC-Grundkenntnisse, Basiswissen Bildbearbeitung.

EO 9432 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Astrid Ackermann · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · Vorbesprechung: fr 19.00 bis 21.00 Uhr · 15.7.2011 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 106.– · 8 Plätze

Porträtworkshop mit Werner Bauer
Ausgehend von seiner persönlichen Arbeitsweise wird Werner Bauer (www.bauerwerner.com) die Möglichkeit aufzeigen, individuelle Ansätze in der Porträtfotografie zu finden. Im Gespräch über Fotografie, anhand von Bildbeispielen und in der Praxis, bei der sich die Teilnehmer/innen gegenseitig porträtieren, wird der Blick geschult und eine subjektive Annäherung an das Thema erarbeitet. Die Teilnehmer/innen können Fotos zur Bildbesprechung mitbringen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, allein das Interesse am Thema Mensch und die Auseinandersetzung mit dessen Darstellung steht im Mittelpunkt des Kurses.
Voraussetzung: analoge oder digitale Kamera.

ES 9442 – Wochenendseminar – Sendling
Werner Bauer · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 15.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 74.– · 10 Plätze · ♿

Der Akt in der Natur
Seit den Anfängen der Lichtbildnerei hat die Darstellung des menschlichen Körpers in seiner ursprünglichen Umgebung Fotograf(inn)en fasziniert. Der Einklang von Körper und Natur, der Kontrast zwischen weicher Haut und harten Materialien wie Holz und Stein, die Harmonie der natürlichen Formen oder der bewusste Bruch dieser Harmonie inspirieren. Der Kurs bietet einen Einstieg in die Technik und Theorie der Aktfotografie in der Natur. Das Modellhonorar (ca. € 25.–) wird im Kurs abgerechnet. Bei schlechtem Wetter wird ein Ersatztermin vereinbart.
Voraussetzungen: analoge oder digitale Kamera, fotografische Grundkenntnisse.

ES 9447 – Hadern
Bobby Boe · Volkshochschule · Guardinistr. 90 · Vorbesprechung: fr 18.00 bis 20.00 Uhr · 29.7.2011 · Exkursion: sa 11.00 bis 18.00 Uhr · 30.7.2011 · Nachbesprechung: Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mi 18.00 bis 20.00 Uhr · 3.8.2011 · € 62.– · 8 Plätze

Aktfotografie – Frauen fotografieren Frauen
Frauen haben einen anderen Blick auf Frauen als Männer. Darauf eingehend werden die Grundlagen der Aktfotografie und deren spezielle Lichtführung vermittelt. Dazu gehört neben unterschiedlichen Lichtquellen wie Blitz- und Kunstlicht die Gestaltung des Aufnahmeorts und die Auswahl des Filmmaterials. Es wird in Arbeitsgruppen intensiv mit dem Modell gearbeitet. Grundkenntnisse der Fotografie sind nicht erforderlich. Die Modellkosten werden im Kurs abgerechnet.
Vorausetzung: analoge oder digitale Kamera.

EG 9455 – Innenstadt
Barbara Stenzel · Nur für Frauen · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Vorbesprechung: fr 18.00 bis 20.00 Uhr · 15.7.2011 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · Nachbesprechung: do 18.00 bis 22.00 Uhr · 21.7.2011 · € 74.– · 8 Plätze · ♿

Die Allianz-Arena – moderne Architekturfotografie
Die Allianz-Arena, entworfen von dem Architekturbüro Herzog & de Meuron ist eine der architektonisch beeindruckendsten Fußballarenen Europas. Die transluzente Umhüllung und das außergewöhnliche Innenleben mit der unmittelbaren Nähe zum Spielgeschehen sind charakteristisch. Nach einer Einführung in die Dokumentar- und Architekturfotografie wird bei der offiziellen Allianz-Führung der Fußballtempel aus der Nähe betrachtet. Unterschiedliche Lichtstimmungen und spontane Eindrücke werden fotografisch eingefangen. Bei der Nachbesprechung wird eine aussagekräftige Dokumentation erstellt.
Die Kursteilnehmer/innen erhalten eine nicht-kommerzielle Fotogenehmigung. Eine Veröffentlichung der Bilder wird somit rechtlich ausgeschlossen.
Voraussetzung: analoge oder digitale Kamera, Stativ (falls vorhanden).

EN 9470 – Am Hart
Vera Nowottny · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · Vorbesprechung: mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 19.9.2011 · Exkursion: do 13.00 bis 16.00 Uhr · 22.9.2011 · Nachbesprechung: mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.9.2011 · € 62.– · Zuzüglich Eintritt: € 10.– · 8 Plätze · ♿

Fotografische Entdeckungsreise durch das unbekannte München – von der Dokumentation zum Fotobuch
Im Kurs geht es darum, mit neugierigem und unverstelltem Blick Bilder zu finden und mit diesen ein Fotobuch zu gestalten. Fragen zur Wahrnehmung und Bildgestaltung stehen deshalb im Mittelpunkt. Bei der Exkursion im Stadtviertel wird die Idee vom Fotobuch, das aus den Bildern aller Teilnehmer/innen zusammengestellt wird, in die Arbeit einbezogen. Im zweiten Teil werden technische Fragen geklärt und wir widmen uns der künstlerischen Arbeit am Buch: Einzelfoto oder Serie, Farbe oder Schwarzweiß, Rhythmus und Akzente, Bild und Schrift. Am Ende steht die Ausarbeitung eines druckreifen kleinen Kunstwerkes, welches bei einem der gängigen Fotobuchanbieter verwirklicht werden kann.
Voraussetzung: digitale Kamera, fotografische Grundkenntnisse, PC-Grundkenntnisse.

EN 9480 – Wochenendseminar – Am Hart
Bruno Weiß · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 18.00 bis 20.00 Uhr · sa 10.00 bis 16.00 Uhr · so 10.00 bis 17.30 Uhr · 16./17./18.9.2011 · € 89.– · 8 Plätze · ♿

Pasing im Blick – die Straße als „offenes Atelier"
Der Pasinger Bahnhof, der Viktualienmarkt, das Zentrum mit den Cafés, das Leben im Stadtteil, der Stadtpark und die Villenkolonie von August Exter werden die Motive der fotografischen Entdeckungsreise sein. Wie setze ich die Kamera ein? Wie entsteht die Motivauswahl, der Bildaufbau und die Bildgestaltung? Welche persönliche Sicht auf das Stadtviertel möchte ich abbilden? Der Kurs bietet eine Einführung in die fotografischen Grundlagen und Hinweise zur Bildgestaltung. Bei der Nachbesprechung werden die entstandenen Fotografien besprochen und offene Fragen werden beantwortet.
Voraussetzung: analoge oder digitale Kamera.

EW 9481 – Pasing
Monika Clara Hoffmann · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa 11.00 bis 15.00 Uhr · 9.7.2011 · fr 18.00 bis 20.00 Uhr · 15.7.2011 · € 38.– · 8 Plätze

Auf geht's, hinschauen, fotografieren – die Wiesn hinter den Kulissen und ihre Schausteller
Für ein paar Wochen leben und arbeiten die Schausteller nah bei ihren Fahrgeschäften und Buden auf der Wiesn, ein eigenes kleines Dorf mit besonderem Charakter entsteht. Erst wird eifrig aufgebaut und alles auf Hochglanz gebracht, um dann den Besuchern Unterhaltung, Gaudi und Nervenkitzel zu bieten. Leben und Arbeit der Schausteller steht im Mittelpunkt des Kurses. Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen des Volksfestes und auf dessen faszinierende Motive. Im Kurs werden individuelle Bildkonzepte entwickelt (Reportage, Portrait, Architektur). Nach den Exkursionen vor Ort werden die Ergebnisse besprochen und Möglichkeiten für eine gute Präsentation gesucht.

ES 9484 – Sendling
Werner Resch · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · Vorbesprechung: di 19.00 bis 21.00 Uhr · 30.8.2011 · Exkursion: sa 10.00 bis 14.00 Uhr · 3.9. und 10.9.2011 · di 17.00 bis 21.00 Uhr · 20.9.2011 · Besprechung: di 19.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. und 27.9.2011 · € 85.– · 12 Plätze

Foto: © Werner Resch

Fotografieren auf dem Oktoberfest
Wie kaum ein anderes Event funktioniert die Festwiese auch als Spielwiese, auf der wir uns in den unterschiedlichsten fotografischen Genres (Porträt, Architektur, Reportage) tummeln können. Von der Morgenandacht bis zum Nahkampf, vom Farbenrausch bis zur Schwarzmalerei ist alles geboten. Ein Exkursionstermin am Abend auf das Festgelände wird im Kurs vereinbart. Bitte am ersten Abend Bildbeispiele (Papierabzug oder Print) der bisherigen fotografischen Arbeit mitbringen.
Voraussetzung: fotografisches Basiswissen.

EG 9486 – Innenstadt
Volker Derlath · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · Vorbesprechung und Bekanntgabe der weiteren Termine: do 19.00 bis 23.00 Uhr · 15.9.2011 · € 104.– · 8 Plätze

Fotosafari für Kinder in den Sommerferien
Bär, Löwe oder Stier, was ist dein Lieblingstier?
Macht es dir Spaß, Tiere zu fotografieren? Willst du wissen, wie man mit der digitalen Kamera spannende Bilder macht? In diesem Kurs könnt ihr neben vielen praktischen Tipps für den Umgang mit der Kamera bei einer Exkursion in den Tierpark Hellabrunn eure Ideen witzig und lehrreich umsetzen. Wie die Bilder in den Computer kommen und wie sie dort nachträglich bearbeitet werden können, welche Tricks und Kniffe es gibt, wird dann am zweiten Tag ausprobiert. Bitte digitale Kamera, Bedienungsanleitung, Anschlusskabel, geladene Akkus und kleine Brotzeit und Getränk mitbringen. Tierparkeintritt € 3.50.

EG 9606 – Ferienkurs
Astrid Ackermann · Für Kinder von 8 bis 12 Jahren · Exkursion · Treffpunkt: Tierpark Hellabrunn · Haupteingang, Tierparkstr. 30 (U3 Thalkirchen) · di 10.00 bis 14.00 Uhr · 2.8.2011 · Bildbearbeitung: Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 10.00 bis 14.00 Uhr · 3.8.2011 · € 39.– · Ermäßigte Kursgebühr · 8 Plätze

Der Natur auf der Spur –
fotografische Entdeckungsreise für Kinder
im Ökologischen Bildungszentrum
Liegst du gerne im Gras oder schleichst durchs Unterholz? Bist du Entdecker oder Sachensucherin? Zunächst werden wir mit der Kamera im Gelände des ÖBZ auf Motivsuche gehen und dabei auch ungewöhnliche fotografische Perspektiven einnehmen. Wie fotografiere ich Blumen, Tiere oder Steine? Was ist eine Makroaufnahme? Wir sammeln interessante Pflanzen und andere Dinge, die später, aus ihrem Umfeld herausgelöst, fotografisch neu entdecken werden. Außerdem können wir mit diesen Fundstücken Fantasiegebilde entstehen lassen, indem wir sie zusammenlegen, und abfotografieren. Aus ein paar Hölzern und Blättern kann ein Ungeheuer oder aber auch ein nettes Tier werden. Zum Schluss gibt es Tipps zur Bildgestaltung und wir besprechen unsere Werke gemeinsam am Computer. Bitte einfache Digitalkamera (mit Anschlusskabel und geladene Akkus) Brotzeit/Getränk und dem Wetter angepasste Kleidung mitbringen.

EZ 9608 – Ferienkurs – Bogenhausen
Lisa Ködel · Mit Kindern von 8 bis 12 Jahren · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 10.00 bis 16.00 Uhr · 30.7.2011 · € 30.– · Ermäßigte Kursgebühr · 8 Plätze

Filmschnitt – Schnittberatung
Was passiert beim Schnitt? Die Filmmontage ist ein wesentliches Element der Gestaltung und hat entscheidenden Einfluss auf die Wirkung eines Filmes. Durch die Bearbeitung beim Schnitt findet eine intensive Auseinandersetzung mit dem gedrehten Material statt. Am Vormittag werden die Grund-lagen der Schnitttheorie vermittelt. Montagearten, Schnitttechniken, Verwendung von Blenden und Titeln etc. werden anhand zahlreicher Filmbeispiele besprochen.
Am Nachmittag können die Teilnehmer/innen Filmprojekte oder Videofilme vorstellen, bei denen Schnittberatung, Rat und Austausch mit einer professionellen Cutterin gewünscht wird.
Bitte am Samstag gedrehtes Filmmaterial, Kurzfilm, Clip etc. auf einem Notebook mitbringen. Das dabei verwendete Schnittprogramm sollte bereits aufgespielt sein.

EG 9735 – Innenstadt
Gabriele Aigner · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 10.7.2011 · do 18.30 bis 21.30 Uhr · 14.7.2011 · € 73.– · 6 Plätze

Schritt für Schritt zum guten Schnitt
Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere
Filmschnitt und Filmmontage legen die Gestalt des Filmes fest und sie haben großen Einfluss auf den Inhalt und die Wirkung. Durch die Einführung des DV-Formats (Digital Video) ist die Videobearbeitung erheblich verbessert und erleichtert worden. In diesem Kurs können Sie beim Dreh des Rohmaterials verschiedene Kameratechniken (Anschluss, subjektive Kamera, Einstellungen und Perspektiven, etc.) erlernen. Die Regeln für einen guten Schnitt, die Nachvertonung, das Einfügen von Titel, Vor- und Abspann werden vermittelt und der Grundstein für eine erfolgreiche Schnittgestaltung wird gelegt. Während der Exkursion erstellen wir eigene Aufnahmen und mit dem Programm Adobe Premiere wird ein kurzer Film geschnitten.
Voraussetzung: digitale Videokamera, PC-Kenntnisse.

EM 9745 – Wochenend-Workshop – Innenstadt
Wolfgang L. Diller · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 30./31.7.2011 · € 97.– · 9 Plätze · ♿

Sommer für kluge Köpfe

Politik

Zehn Jahre nach 9/11:
Wie hat der Terror die USA verändert?
Die Bilder und Szenen der einstürzenden Zwillingstürme in New York sind so präsent, als sei der Anschlag erst gestern geschehen. Zehn Jahre danach werden sie nochmals drastisch aufgefrischt werden, zum Jahrestag der Tragödie: 9/11/11. Welche Rolle spielte dieser Anschlag bei den gesellschaftlichen Veränderungen in den USA? War 9/11 ein Auslöser oder nur ein Katalysator, wurden die Koordinaten der Gesellschaft verschoben oder eher konsolidiert? Der Vortrag wirft einen Blick auf das Innenleben und das Selbstverständnis der Weltmacht USA und fragt, was Obama und die Tea-Party-Bewegung mit 9/11 zu tun haben.

BG 137 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Cornelius Görres · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 13.9.2011 · € 4.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze

Zehn Jahre nach 9/11: Die Außenpolitik der USA auf neuen Wegen?
Die Terroranschläge vom 11. September 2001 trafen das Herz der amerikanischen Nation wie kein Ereignis zuvor in ihrer Geschichte. Der Angriff der Terroristen galt nicht nur der nationalen Sicherheit, sondern auch den amerikanischen Wertvorstellungen. Bushs Doktrin des „missionarischen Realismus" war die außenpolitische Antwort: Westliche Werte sollten durch militärische Stärke in islamischen Ländern verwirklicht werden. Präsident Obama setzte zuerst auf den Dialog und führte zugleich den Krieg in Afghanistan fort. Der Vortrag beschreibt die Konzepte und Veränderungen der amerikanischen Außenpolitik im Kampf gegen den Terror – auch nach dem Tod von Osama bin Ladens im Mai 2011.

BG 141 E – Vortrag – Innenstadt
Ali Fahimy M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 20.9.2011 · € 4.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Power and Terror – Noam Chomsky:
Gespräche nach 9/11
R.: John Junkerman, J 2003, 98 Min., OmU
Der Linguist Noam Chomsky ist einer der wichtigsten lebenden Intellektuellen und die Stimme der amerikanischen Opposition. Der Dokumentarfilm „Power and Terror" ist die Chronik einer Reihe von Gesprächen, die Chomsky im Frühjahr 2002 führte. Wie er es seit dem 11. September unzählige Male getan hat, bringt er die Terroranschläge in Zusammenhang mit den US-Auslandsinterventionen in Vietnam, Mittelamerika, dem Mittleren Osten und anderswo. Begründet auf dem Prinzip, dass Gewaltausübung gegen Zivilbevölkerung Terror ist, ungeachtet ob die Täter muslimische Extremisten sind oder der mächtigste Staat der Welt, fordert Chomsky die USA auf, ihre Taten den moralischen Standards zu unterziehen, die sie von anderen verlangen.

BG 145 E – Film und Gespräch – Innenstadt
Helge Eikelmann M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 20.30 Uhr · 27.9.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Afghanistan: Frieden schaffen ohne Waffen
Ute Wagner-Oswald stellt dokumentarische Kurzfilme vor, in denen über unterschiedliche Friedensaktivitäten in Afghanistan berichtet wird. Die beharrlichen kleinen Schritte von engagierten afghanischen Männern und Frauen nötigen Respekt ab und lassen ein neues, in den westlichen Medien bisher unbekanntes Bild von Afghanistan entstehen.

BM 189 E – Film und Gespräch – Innenstadt
Ute Wagner-Oswald · DGB-Haus · Schwanthalerstr. 64 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 29.8.2011 · € 5.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 25 Plätze · ♿

„Der Islam ist Religion und Staat“
Einführung in die politischen Welten des Islam
Der Islam unterscheidet sich von den anderen monotheistischen Religionen durch den Anspruch, das Leben der Gläubigen umfassend zu steuern. Hieraus erwachsen vor allem innerhalb muslimischer Gesellschaften gravierende Konflikte. Im Vortrag werden die Grundlagen der politischen Ordnung im Islam erläutert sowie unterschiedliche Strömungen und Auslegungen des Islam vorgestellt. Sind Islam und Demokratie vereinbar? Auch hierzu gehen die Meinungen, nicht zuletzt unter Muslimen, auseinander.

BN 81 E – Vortrag – Schwabing
Ali Fahimy M.A. · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 22.9.2011 · € 4.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Bürgerbeteiligung
Wie kann ich mich beteiligen, einmischen oder mitwirken? Sie lernen die Gremien in München kennen, in denen Sie die Möglichkeit haben an der politischen Gestaltung mitzuwirken.

QN 182 – Schwabing Nord
Oswald Utz · Stiftung Pfennigparade · Barlachstr. 28 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 25.7.2011 · € 4.– · 8 Plätze · ♿

Naturwissenschaften

Eine Reise ins Gehirn
Der Pianist betritt die Bühne, setzt sich an sein Klavier und beginnt zu spielen. An diesem Abend werfen wir einen Blick in das Gehirn dieses Pianisten: in das visuelle System, das ihn bis an den Platz seines Klaviers führt. In das somatosensorische System, das seine Finger über die Klaviertasten leitet, und das limbische System, das eine emotionale Beziehung zur Musik herstellt. In diesem Vortrag werden jedoch nicht nur die makroskopischen Gehirnareale behandelt. Es wird auch ein Blick auf die neuronale Ebene geworfen und anschaulich behandelt, wie bestimmte Regionen neuronal miteinander verknüpft sind und so Kommunikation im Gehirn entsteht.

DN 2260 E – PowerPoint-Präsentation – Schwabing
Miriam Mann · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · do 19.30 bis 21.00 Uhr · 14.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze · ♿

Menschen, Gene, Klone – Grundlagen und Möglichkeiten der modernen Genetik
„Wir haben das Rätsel des Lebens gelöst!“ Das Zitat stammt von Francis Crick, der vor über 50 Jahren zusammen mit James Watson die Struktur der Erbsubstanz, der DNA, entschlüsselte. Die Fortschritte, die die Genetik seitdem gemacht hat, haben auch Einzug in unseren Alltag gehalten: Viele Wasch- und Lebensmittelzusätze oder Medikamente sind heutzutage Produkte der Gentechnik, und Themen wie „Der geklonte Mensch“ oder Gentherapie landen immer wieder in den Schlagzeilen.

DN 2671 E – PowerPoint-Präsentation – Am Hart
Lydia Weinberger · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · mo 18.30 bis 20.00 Uhr · 25.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule – Leben im All
Bei der ungeheuren Vielzahl der Galaxien und Sterne im Universum stellt sich immer wieder die Frage nach der Wahrscheinlichkeit von außerirdischem Leben im All und dann – natürlich – von intelligentem Leben. Sind wir die Einzigen im gesamten Kosmos, die über diese Fragen nachdenken? Niemand kann dies heute ernsthaft beantworten. Aber die Bedingungen für Leben lassen sich auf naturwissenschaftlicher Basis angeben und auch, wie fremdes Leben sein könnte.

DN 3820 – PowerPoint-Präsentation – Schwabing
Norbert Steigenberger · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · di 15.00 bis 16.30 Uhr · 12.7.2011 · € 6.– · 20 Plätze · ♿

Philosophie

Kants Lehre vom Raum
DG 4434 E – Dialog – Innenstadt
Dr. Tobias Jung/Dr. Hermann Schlüter · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 20.00 bis 21.30 Uhr · 11.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Mohismus – Die Ethik von Nutzen und Liebe
Der utopische Gesellschaftsentwurf des Philosophen Mo Di stellte in der Frühzeit der chinesischen Philosophie eine alternative Denkweise zur Diskussion. Was meinten Mohisten, wenn sie für den „Nutzen" oder für die „allgemeine Liebe" eintraten, und weshalb provozierten sie damit in konfuzianischen Kreisen so massiven Widerspruch?

DG 4312 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Martina Eglauer · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Friedrich Nietzsche und die Hoffnung auf eine europäische Kultur
Noch bevor die europäischen Staaten in den Nationalismus und Imperialismus am Übergang vom 19. zum 20. Jahrhundert hineinglitten, formulierte Friedrich Nietzsche seine Vorstellungen einer zukünftigen Kultur Europas. Nicht ökonomische Vorherrschaft sondern nur ein geistiger Wettkampf kann diejenigen Kräfte entfalten, die eine moderne Kunst und globale Geltung Europas begründen könnten. Inwieweit auch moralische Forderungen in diesem Entwurf einen Platz haben, bleibt zu diskutieren.

DG 4769 E – Vortrag – Innenstadt
Stefan Winter M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 15.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Von Epikur bis Hans Blumenberg
Philosophische Literatur für den Sommer
Warum suchen wir das Ferienglück am Meer und lassen die Sorgen jenseits der wilden Wasser zu Hause? In diesen Bildern drücken sich nicht nur Urlaubsfreuden, sondern auch philosophische Einstellungen aus. Wem allerdings zu viel Glück die Stimmung drückt und in die Langeweile treibt, der greift gern zu einem Buch, um beim Lesen zu entspannen. Philosophische Lektüre für die Pausen im Leben und die freien Stunden im Urlaub werden heute Abend vorgestellt.

DG 4008 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Hermann Schlüter · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 15.7.2011 · Keine Voranmeldung · Gebührenfrei · 70 Plätze · ♿

Daoismus – Die Ethik der Gelassenheit
Anders als die Konfuzianer und die Mohisten betrachten die Daoisten den Menschen nicht primär in seinem sozialen Kontext, sondern im Werden und Vergehen der Natur, in seiner Verwurzelung im Dao (Tao). Mit den Klassikern Laozi und Zhuangzi bilden sie ein bedeutendes Gegengewicht zum klassischen konfuzianischen Kanon.

DG 4313 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Irmgard Enzinger · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 18.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Kants Lehre von der Zeit
DG 4435 E – Dialog – Innenstadt
Dr. Tobias Jung/Dr. Hermann Schlüter · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 20.00 bis 21.30 Uhr · 18.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

In München lachen die Tugenden von den Dächern – Philosophischer Rundgang durch die Münchner Innenstadt
Tugendhaft zu sein, war lange Zeit ein Ideal. Um diesem zu genügen, haben unsere Vorfahren in München eine Vielzahl von allegorischen Statuen aufgestellt und philosophische Sprüche in Stein gemeißelt, in der Hoffnung, diese Weisheit auch für den Alltag fruchtbar zu machen. Bei einem kleinen Spaziergang versuchen wir die verschlüsselten Botschaften von den Dächern, Wänden und Postamenten zu enträtseln und den philosophischen Hintergrund zu beleuchten. Treffpunkt: Eingangstor zum alten Botanischen Garten (Strecke ca. 3 km)

DG 4260 E – Spaziergang – Innenstadt
Dr. Stefan Daltrop/Dr. Hermann Schlüter · Treffpunkt: Portikus Sophien-/Elisenstraße · so 11.00 bis 13.00 Uhr · 4.9.2011 · € 9.– · Restkarten € 10.– nur am Treffpunkt · 20 Plätze

Vortragsreihe: Was ist Philosophie?
Die Frage nach der Funktion und dem Sinn der Philosophie ist in der Geschichte des Denkens in verschiedener Weise beantwortet worden. Heute – in einer multiperspektivischen Welt – kann diese Frage gar keine einzige Antwort mehr haben. Dies entspricht allerdings schon der These Platons. Denn, so der Vater der Philosophie, wer schon die Wahrheit der Philosophie genau kennen würde, strebte ihr nicht mehr nach. Nur die Philosophie, die noch nicht fertig ist, kennt das erotische Moment, des Verlangens nach Wahrheit. Eine Reihe von Dozentinnen und Dozenten der Münchner Volkshochschule versuchen ihre je eigene Antwort zu erläutern.

Was ist Philosophie?
Die Suche nach der besten politischen Ordnung
DG 4051 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Markus Schütz · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 16.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie? Die Beharrlichkeit des Fragens
DG 4052 E – Vortrag – Innenstadt
Prof. Dr. Leo Dümpelmann · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 16.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie?
Die Frage nach dem Sinn des Lebens
DG 4053 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Lukas Kaelin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 19.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie? Die Grundlegung der Psychologie
DG 4054 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Karin Barbara Hutflötz · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 20.00 bis 21.30 Uhr · 19.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie?
Das institutionalisierte Denken an den Universitäten?
DG 4055 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Hans-Jürgen Kühn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 23.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie? Zweckfreies Staunen
DG 4056 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Bernhard Koch · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 23.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie? Die Frage nach dem Menschen
DG 4057 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Julia Inthorn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 26.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie? Die Welt vom Standpunkt des Ichs
DG 4058 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Christof Schalhorn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo 20.00 bis 21.30 Uhr · 26.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie?
Der Erfahrungsschatz der Menschheit
DG 4059 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Wolfgang Thorwart · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 30.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was ist Philosophie? Die Religion zu Ende gedacht
DG 4060 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. Ingeborg Szöllösi · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 20.00 bis 21.30 Uhr · 30.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Religion

Die indischen Mythen um den Kampf der Götter und Dämonen
Ein großes Thema der indischen Mythologie ist ein ewiger Konkurrenzkampf zwischen zwei übermenschlichen Kräften, die man nicht einfach mit „gut" und „böse" bezeichnen kann. Zwar sind die Götter allgemein die Schützer der Welt und ihrer Ordnung, aber genau wie die Dämonen weisen sie eine ambivalente Moral auf und manchmal sind sie zu einer engen Zusammenarbeit mit den Dämonen bereit.

DG 5801 E – Vortrag – Innenstadt
Jana Schäfer M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.00 bis 11.30 Uhr · 12.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Was bedeutet Kami?
Die Vielfalt des japanischen Gottesbegriffs
Der japanische Begriff Kami dient sowohl zur Bezeichnung der japanischen Götter des Shinto, der Seelen von Verstorbenen, als auch zur Übersetzung des Begriffes „Gott" der Theologen. Eine Darstellung der Begriffsgeschichte sowie ein Überblick über den Gebrauch bis in die Gegenwart wird präsentiert.

DG 5960 E – Vortrag – Innenstadt
Johann Limmer · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 20.00 bis 21.30 Uhr · 13.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Die Lebensstadien und ihre Rituale im Hinduismus
Geburt, Namensgebung, Hochzeit und Tod, dies alles sind bedeutende Ereignisse im Leben eines Hindu. Einerseits wird durch diese Lebenszyklusrituale der soziale Status innerhalb der indischen Kastengesellschaft gefestigt, andererseits geben diese Lebensformen dem Alltag die nötige Form. Für die Knaben der drei oberen Kasten ist z. B. die Lebensphase eines Schülers der heiligen Texte und das Erlernen der Ritualpraxis am wichtigsten. Für die Frauen ist die Hochzeit der Angelpunkt der rituellen Initiation.

DG 5802 E – Vortrag – Innenstadt
Jana Schäfer M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 10.00 bis 11.30 Uhr · 19.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 70 Plätze · ♿

Japan mit Körper und Geist erfahren
Obwohl der Shintoismus die ursprüngliche Religion Japans ist, verbinden wir im Westen mit diesem bedeutenden asiatischen Inselstaat viel eher den Zen-Buddhismus, dieser ist aber nur eine Form des Buddhismus in Japan. Der chinesische Konfuzianismus und Daoismus haben ebenfalls ihre Spuren hinterlassen sowie Christentum und westliche Philosophie. Die Darstellung der Geschichte dieser religiösen und philosophischen Strömungen wird eingebettet in Meditations-, Bewegungs- und Zeichenübungen, um die japanische Kultur in ilhrer Gesamtheit besser kennen zu lernen.

DZ 5940 – Seminar – Bogenhausen
Dr. Julian Braun · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mi/do/fr 10.00 bis 13.00 Uhr · 31.8./1./2.9.2011 · € 35.– · 20 Plätze · ♿

Einführung in den Buddhismus
Der Buddhismus gehört zu den Weltreligionen, die auch in unserem Kulturkreis Fuß gefasst haben. In diesem Vortrag wird versucht, die Grundbegriffe des Buddhismus zu vermitteln. Buddhas Leben, seine spirituelle Lehre und die buddhistischen Hauptrichtungen sollen dabei im Mittelpunkt der Darstellung stehen.

DN 5826 E – Vortrag – Schwabing
Jana Schäfer M.A. · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · mi 19.00 bis 20.30 Uhr · 14.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze

Tod und Bestattung – Rituale in unserer Gesellschaft
Neben der Geburt gehört der Tod zu den großen Lebenseinschnitten, die in jeder Kultur mit besonderen Zeremonien begangen werden. Bei uns in Bayern gaben die christlichen Kirchen über Jahrhunderte die angestammten Rituale vor. Aber wie sieht es mit den Formen der Bestattung in unserer immer profaner werdenden Welt aus? Herr Peter Kotzbauer, Leiter des Münchner Städtischen Bestattungsdienstes, informiert Sie rund über die Bestattung und Bestattungsriten in der Großstadt München. Welche Bestattungsrituale gibt es, welche areligiösen Formen werden angeboten, wie bestatten Juden und Moslems ihre Toten?

DN 5740 E – Vortrag – Schwabing
Peter Kotzbauer · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · do 19.00 bis 21.00 Uhr · 15.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze

Einführung in den Islam
Der Islam ist besonders in den letzten Jahren ein zentrales Thema in Deutschland geworden. Leider ist die Debatte um den Islam immer noch von Vorurteilen behaftet. Kenntnisse über die Weltreligion des Islam – dem über eine Milliarde Gläubige angehören –, seine religiösen Grundwerte, seine Hauptlehren und religiösen Riten und Feste können die Distanz und Angst abbauen.

DN 5410 E – Vortrag – Schwabing
Ina Al-Monneyer · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · mi 19.00 bis 20.30 Uhr · 28.9.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze

Foto: © Dieter Schütz/PIXELIO

Psychologie und Lebenskunst

Das wahre Glück!
Wie wir Glück erkennen und entwickeln können
Können wir unser individuelles Glücksempfinden dauerhaft steigern? Neuere Erkenntnisse der Positiven Psychologie und Glücksforschung legen nahe: ja, wir können! Und wie? Sie werden überrascht sein, dass dabei vermeintlich altmodische Themen wie Hilfsbereitschaft, Aufmerksamkeit und Dankbarkeit eine sehr viel größere Rolle spielen als z. B. Geld und was man sich dafür kaufen kann. In diesem Kurs werden wir uns damit befassen, was die wissenschaftliche Psychologie an nachweislich wirksamen Methoden, Glücksempfinden zu steigern, entwickelt hat und diese im Alltag ausprobieren und evtl. zum festen Bestandteil des Lebens machen.

DN 6051 – Schwabing
Susanne Keck · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 4 x di 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 27.9.2011 · € 52.– · 16 Plätze

Foto: © Heike/PIXELIO

Was ist Manipulation?
Haben Sie schon mal etwas gekauft, das Sie eigentlich gar nicht wollten? Sind Sie Spendenmitglied für eine Sache geworden, die Ihnen bei genauer Betrachtung gar nicht wichtig erschien? Kurzum: Ärgern Sie sich zuweilen darüber, dass Sie zu etwas „motiviert" wurden, was Sie nicht wollten? Keine Angst, Sie befinden sich in guter Gesellschaft. Im Vortrag erfahren Sie, was Manipulation ist und wie sie wirkt. Die Kenntnis der zugrundeliegenden psychologischen Prinzipien wird es Ihnen ermöglichen, Manipulationsstrategien zu durchschauen, aber auch festzustellen, dass Manipulation zum menschlichen (Kommunikations-)Verhalten gehört.

DG 6060 E – Vortrag und Diskussion – Innenstadt
Jürgen Schuster · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 20.00 bis 22.00 Uhr · 14.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze · ♿

Das schlechte Gewissen – Wie es entsteht und was wir tun können, wenn es uns plagt
Ich sollte … Ich müsste … Ach, hätte ich doch …
Diese Gedanken üben einen ständigen, unangenehmen Druck aus. Im Vortrag wird erläutert: Wie entsteht, wirkt und äußert sich das schlechte Gewissen? Wie hängt es mit Schuld- und Schamgefühlen zusammen? Wie kann man sich von unnötigen Schuldgefühlen befreien, aber auch Verantwortung für tatsächliche Schuld übernehmen? Und: Wie kann man aufhören, unter schlechtem Gewissen zu leiden?

DG 6063 E – Vortrag und Diskussion – Innenstadt
Dr. Heinke Holzkamp · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 20.00 bis 22.00 Uhr · 12.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder an der Abendkasse · 20 Plätze · ♿

Psychotherapeutische Positionen: Therapieformen und Methoden
Diese Veranstaltungen bieten Ihnen die in München einzigartige Möglichkeit, sich theoretisch und praktisch im für Laien oft schwer überschaubaren Angebot therapeutischer Verfahren und Methoden kundig zu machen. Mit den Einführungen, die Sie im Folgenden finden, möchten wir Ihnen nicht nur einen Großteil des anerkannten therapeutischen Spektrums vorstellen, sondern auch eine Entscheidungshilfe geben für den Fall, dass Sie sich mit dem Gedanken tragen, eine Therapie, ein Coaching o. Ä. zu beginnen. Alle Referentinnen und Referenten sind in den jeweiligen Verfahren ausgebildet und zum Teil Ausbildungsleiter/innen.

Spielräume erweitern – Ein Intensivseminar mit körper- und tanztherapeutischen Methoden
In der Routine des Alltags bleibt oft zu wenig Zeit, hinderliche Verhaltens-, Denk- und Bewegungsmuster wahrzunehmen und Wege zu deren Veränderung zu finden. Methoden der Körper- und Tanztherapie machen es möglich, derart „Festgefahrenes" wieder in Bewegung zu bringen. Dadurch eröffnen sich neue Spielräume für das Handeln und das Sein: Es entsteht mehr Zugang zu Leichtigkeit und Lebensfreude. Für das Seminar nutzen wir – neben den Räumen – auch das Naturgelände des ÖBZ und laden Sie ein, mit vielleicht ungewohnten Ausdrucksweisen der eigenen und der umgebenden Natur zu begegnen.
Keine Voraussetzungen erforderlich. Bitte bequeme leichte und warme Kleidung und eine Matte für draußen mitbringen.

DZ 6090 – Kompaktseminar – Bogenhausen
Inge Engel · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mi 17.00 bis 20.00 Uhr · do/fr 10.00 bis 17.00 Uhr · 10./11./12.8.2011 · € 75.– · 14 Plätze

Dem Alltag Struktur geben
Geht es Ihnen auch so: Sie sind den ganzen Tag beschäftigt und doch haben Sie am Abend das Gefühl, sich verzettelt zu haben und – eher fremd- als selbstbestimmt – nichts wirklich auf die Reihe gebracht zu haben? Das Seminar vermittelt Ihnen Wege, wie Sie innere und äußere Ordnung in Ihren Alltag bringen. Sie analysieren Ihre Rollen und Aufgaben und passen sie Ihrem eigenen Rhythmus, Ihrer inneren Uhr an. So finden Sie Ihre Gestaltungsspielräume, strukturieren Ihr Leben und fühlen sich dem Alltag nicht mehr ausgeliefert. Ziel ist es, in Einklang mit sich selbst, und so in sich ruhend, effektiver handeln zu können.
Bitte mitbringen: DIN-A4-Block, kariert, und Schreibmaterial.

DW 6120 – Sonntagsseminar – Pasing
Christina Henner · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · so 10.00 bis 14.00 Uhr · 10.7.2011 · € 18.– · 14 Plätze · ♿

Das Selbstwertgefühl entwickeln und schützen
Oft sind es Alltagsprobleme, Konflikte oder Vergleiche mit anderen, die unser Selbstwertgefühl aus der Balance bringen. In diesem Seminar erfahren Sie, wie der Weg zur Selbstannahme aussehen kann: Sie lernen, belastende Gefühle zu verstehen und Selbstwert nicht an Leistung zu koppeln.
Wir arbeiten nach den Grundlagen der Rational-Emotiven Therapie des amerikanischen Psychotherapeuten Albert Ellis, der die Philosophie der Stoiker: „Menschen werden nicht durch die Dinge an sich beunruhigt, sondern durch die Meinungen, die sie darüber haben" (Epiktet) aufgriff und zu einem Verfahren der Selbststeuerung entwickelte.

DM 6135 – Wochenendseminar – Innenstadt
Peter Erdelt · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 8./9.7.2011 · € 51.– · Im Raum 111 keine Straßenschuhe · 14 Plätze · ♿

Mein Leben und ich
Lebensthemen erkennen – Lebensträume verwirklichen
Dieses Intensivseminar bietet Ihnen eine Auszeit, einen Raum, der erlaubt mit Distanz auf das eigene Leben zu blicken, Lebensthemen zu erkennen und (verschüttete) Träume neu zu beleben. Was hindert uns, unsere Ziele zu verwirklichen, und wie gelingt es uns, Hemmnisse aus dem Weg zu räumen und unser Leben freier zu gestalten? Die Transaktionsanalyse bietet mit dem Konzept des Lebensskripts Möglichkeiten, unser „geheimes Lebensdrehbuch" zu verstehen und einengende Muster aufzulösen. So werden Ressourcen freigesetzt für die Verwirklichung von Träumen und Zielen. Gearbeitet wird mit vielfältigen Methoden auf der Basis der Transaktionsanalyse, wie Entspannungsübungen, Fantasiereisen u. a.

DZ 6171 – Kompaktseminar – Bogenhausen
Dr. Heinke Holzkamp · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · di 17.00 bis 20.00 Uhr · mi/do/fr 10.00 bis 17.00 Uhr · 2./3./4./5.8.2011 · € 98.– · 14 Plätze

Zurück zum Wesentlichen!
Die erstaunliche Macht der Gefühle
Positive wie negative Gefühle und Gedanken haben einen machtvollen Einfluss auf Ihr Leben – weitaus wirkungsvoller als rationale Entscheidungen. Es ist von Bedeutung zu wissen, welche inneren Kräfte wirken, wenn Sie Ihrem Alltag, aber auch Ihren Lebensplänen eine Richtung geben wollen. So können Sie vermeiden, dass negative Gefühle oder Gedankenmuster Sie zu Entscheidungen und Handlungen führen, mit denen Sie letztlich unzufrieden sind.
Ein Seminar für Menschen, die ihrem Leben „grünes Licht" für eine lebensfrohe, kraftvolle Richtung geben wollen. Gearbeitet wird mit unterschiedlichen, auch körperorientierten Methoden.
Bitte mitbringen: Decke und Schreibmaterial.

DM 6183 – Wochenendseminar – Innenstadt
Ursula Bresser · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 17.30 Uhr · 16./17.7.2011 · € 62.– · Im Raum 111, keine Straßenschuhe · 12 Plätze · ♿

Körpersprache – stimmig auftreten
Möchten Sie wissen, wie Sie auf andere wirken und was Ihnen die Körpersprache der anderen mitteilt? Mit Kurzvorträgen und vielen praktischen Übungen erfahren Sie hier, welchen Einfluss der körpersprachliche Ausdruck auf Beziehungen, auf das Selbstbewusstsein, auf die Durchsetzungsfähigkeit und vieles mehr hat. Sie können Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung schärfen und für viele Situationen des alltäglichen Lebens lernen, stimmig(er) zu kommunizieren und die Mitteilungen anderer zu verstehen.

DO 6192 – Wochenendseminar – Giesing
Sibylle Baumgartner · Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa/so 10.00 bis 16.00 Uhr · 13./14.8.2011 · € 68.– · 12 Plätze

Deutlich und freundlich
Den richtigen Ton zur rechten Zeit treffen
Fehlen Ihnen manchmal die richtigen Worte, um Ihre Anliegen, Ihre Wünsche oder Ihre Kritik zu äußern oder ein Missverständnis zu klären? Ist der richtige Zeitpunkt dann verstrichen, um etwas zu klären, kann es passieren, dass aus der Mücke der sprichwörtliche Elefant wird und ein ernsthafter Konflikt entsteht. Dieser Workshop gibt Anregungen, auf was zu achten ist, um im richtigen Moment die richtige Wortwahl zu treffen. Durch Übungen und Feedbacks erlangen Sie mehr Sicherheit darin, Dinge, die Ihnen wichtig sind, anzusprechen.

DN 6216 – Kurzseminar – Schwabing
Anne Knapp · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · di 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7.2011 · € 14.– · 16 Plätze

Miteinander gegeneinander – Eine kleine Streitschule
Streiten, dass die Fetzen fliegen – dies ist nie eine befriedigende Lösung für Konflikte. Sie lernen und üben in Haltung und Sprache, wie sich das Miteinander in Öffentlichkeit, Familie und Beruf partnerschaftlich und gleichberechtigt gestalten kann, auch und gerade, wenn man in Streit gerät. Themen u. a.: Kritik üben und unterstützend bleiben; einen Konflikt eingehen, Nein sagen; Bedürfnisse und Werte des Gegenüber anerkennen; Versöhnen. Zwischen den Kursterminen haben Sie Gelegenheit, Ihre neuen Erfahrungen mit gewaltfreier Kommunikation im Alltag einzusetzen und beim nächsten Treffen weiterzuentwickeln.

DN 6222 – Schwabing
Barbara Renner-Wiest · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 3 x do 18.30 bis 21.00 Uhr · 14.7. bis 28.7.2011 · € 45.– · 12 Plätze

Foto: © Dragon30/www.photocase.com

Die Trilogie der Beziehungsfähigkeit
In drei Kurzseminaren wird es darum gehen, die eigene Beziehungsfähigkeit (neu) zu entdecken. Das Erkennen der eigenen Schutzmechanismen trägt dazu ebenso bei wie das Erweitern der eigenen Grenzen – beispielsweise durch Ausprobieren von neuem Verhalten. Die Seminare sind geeignet für alle, die ihre Beziehungs- und Kontaktfähigkeit reflektieren und weiter entwickeln wollen, und können einzeln aber auch als Gesamtkurs besucht werden.

Kontaktfähigkeit: An der Grenze zwischen Ich und Du
Wie treten wir mit anderen Menschen in Kontakt? Was macht wirklichen Kontakt aus? Wie vermeiden wir ihn? Wir arbeiten mit dem Kontaktzyklus aus der Gestalttherapie.

DW 6225 – Kurzseminar – Pasing
Christa Beyrer · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 14.9.2011 · € 14.– · 14 Plätze · ♿

Konfliktfähigkeit: Die Kunst des konstruktiven Streitens
Lebendige Beziehungen sind nicht immer harmonisch. Konstruktive Auseinandersetzungen führen, Nein sagen, Rückmeldungen ohne Vorwürfe formulieren sind wichtige Schritte auf dem Weg in solide Beziehungen.

DW 6228 – Kurzseminar – Pasing
Christa Beyrer · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 21.9.2011 · € 14.– · 14 Plätze · ♿

Liebesfähigkeit: Die Königsdisziplin in Beziehungen
Liebesfähigkeit meint, dass und wie sehr wir Herz in unsere Beziehungen einfließen lassen. Herzenergie ist nicht nur in Liebesbeziehungen, sondern auch in Beziehungen zu Kindern, Freund(inn)en und am Arbeitsplatz unverzichtbar, um Vertrauen, Vertraulichkeit und Loyalität aufzubauen. Letztendlich ist es unsere Liebesfähigkeit, die Beziehungen am Leben hält und uns selbst glücklich und zufrieden werden lässt.

DW 6231 – Kurzseminar – Pasing
Christa Beyrer · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 28.9.2011 · € 14.– · 14 Plätze · ♿

Kommunikationstraining
für Paare, die Paare bleiben wollen
Dass Frauen und Männer aneinander vorbeireden, sich gründlich missverstehen, deshalb streiten und dabei wieder aneinander vorbeireden, muss so nicht sein! Spielerische Übungen mit unserem differenziertesten Kommunikationsmittel – der Sprache – ermöglichen es, nicht nur die Ursachen von Missverständnissen zu erkennen und künftig zu vermeiden, sondern auch den Partner/die Partnerin mit anderen Augen zu sehen. Die Folge: mehr kreative Spannung, mehr Verständnis füreinander – und Schmetterlinge im Bauch.

DN 6237 – Wochenendseminar – Schwabing
Beate Böhmert · Nur für Paare · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.30 Uhr · 17./18.9.2011 · € 59.– pro Person · 14 Plätze

Studium generale

Studium generale kompakt
An fünf Vormittagen im September bieten Dozenten des Studium generale spannenden Stoff für Ihre geistige Sommerfrische:

- Literatur: Goethe – Tasso, Florian Reiners
- Philosophie: Das Wesen der Philosophie und ihr geschichtlicher Hintergrund – Ein philosophisches Gespräch, Dr. Wolfgang Thorwart
- Politik: Israels Gesellschaft – Spannungsfelder zwischen Integration und Vielfältigkeit, Helge Eikelmann
- Geschichte: Hexenverfolgung und Moderne, Dr. Peter Dorsch
- Musik: Richard Wagner – Tristan und Isolde, Richard Eckstein

DG 9006 – Innenstadt
Ute Stratemeier: Kursbegleitung · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 5 x do 9.30 bis 12.30 Uhr · 1.9. bis 29.9.2011 · € 59.– · 24 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Damit wir uns gut und richtig verstehen
Eine Einführung in wertschätzende Kommunikation
Die Wertschätzende bzw. Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg fördert einen aufrichtigen, authentischen Selbstausdruck und einfühlsame Verbindungen. Folgende Themen umfasst der Kurs: Einführung in das Modell und seine praktische Anwendung im Alltag; Gefühle ausdrücken und dabei kraftvoll bleiben; Mut zu klaren Worten – entdecken Sie Lösungen, die daraus entstehen. Die Macht der Empathie bei verbalen Angriffen – Erleben Sie, wie es ist, wenn Sie voll und ganz verstanden werden. Gearbeitet wird mit vielen praktischen Beispielen und Übungen.

DN 6330 – Schwabing
Marion Nebbe · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 4 x mi 16.00 bis 17.30 Uhr · 6.7. bis 27.7.2011 · € 25.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 13 Plätze

Lernen und Gedächtnis

Wie Sie schon immer lernen wollten
Unter diesem Motto stellen wir Ihnen Lernverfahren vor, die überwiegend ganzheitlich angelegt sind, d. h. alle Sinne einbeziehen, die Lernumgebung günstig gestalten und die Selbstverantwortung für den Lernprozess fördern.
Zum Kennenlernen und Ausprobieren.

Superlearning
Superlearning arbeitet u. a. mit tiefen Entspannungsphasen und nutzt diese für das bessere Verankern des Gelernten. Weitere Themen: Aufteilen des Lernstoffs in gehirngerechte Häppchen; aktives und passives Lernen.

DM 6508 – Kurzseminar – Innenstadt
Hildegund Legewie-Pertzborn · Für alle Altersgruppen ab 14 Jahren · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · do 18.00 bis 21.00 Uhr · 15.9.2011 · € 14.– · Ermäßigte Kursgebühr · 16 Plätze · ♿

Suggestopädie
Unbewusste Prozesse nehmen Einfluss auf die Effektivität des (bewussten) Lernens. Dies macht sich die Suggestopädie zu Nutze. Sie erleben, wie Sie Farben, Musik, Bewegung, Geruch und Geschmack einsetzen können, um mit Erfolg und Spaß zu lernen.

DM 6512 – Kurzseminar – Innenstadt
Hildegund Legewie-Pertzborn · Für alle Altersgruppen ab 14 Jahren · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · do 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.9.2011 · € 14.– · Ermäßigte Kursgebühr · 16 Plätze · ♿

Bildung für Menschen mit Behinderung

Spielend denken – Gehirn_Jogging und Ferienspaß
Hitzewelle und Faulenzer-Urlaub sind Gift für deine grauen Zellen. Raff dich auf, bring deinen Gripscomputer auf Touren. Das macht Spaß, verbessert Konzentration und Gedächtnis – ganz ohne EnergyDrinks. Du probierst interessante Karten- und Würfelspiele aus und bekommst brauchbare Alltagstipps.

QN 490 – Schwabing Nord
Hans-Peter Rosinski · Stiftung Pfennigparade · Barlachstr. 28 · di/do 16.00 bis 17.30 Uhr · 2./4.8.2011 · € 10.– · 6 Plätze · ♿

Sommer zum Wohlfühlen

Kochkultur und Weinkunde

Das ökologische Hoffest in Riem 2011
Apfelsorten, Apfelverkostung,
Apfelsaft – regional, saisonal und gesund!
Seit 1999 wird zum Erntedankfest auf dem städtischen Gut Riem der Tag der Regionen mit einem ökologischen Hoffest begangen. Neben Musik, Unterhaltung und Kinderprogramm, gutem Essen und Trinken werden vielfältige Informationen über den regionalen und ökologischen Landbau sowie saisonale und gesunde Ernährung gegeben.
Das Fachgebiet Kochkultur und Weinkunde, der Stadtbereich Ost und die MVHS im Ökologischen Bildungszentrum beteiligen sich in diesem Jahr mit einem gemeinsamen Stand, an dem (Koch-)Kunst und (Ess-)Kultur, Spiel und Spaß rund um das Thema Apfel im Mittelpunkt stehen werden. Außerdem werden von der MVHS im Rahmen des Hoffestes eine Führung durch den alten Riemer Dorfkern und eine Radltour zwischen Trudering und Riem angeboten.
Kooperationspartner: Bund Naturschutz in Bayern e. V., Städtische Güter München Gut Riem, Tagwerk – Ökokiste GmbH
Nähere Informationen sind ab Anfang September 2011 u. a. in den Häusern der MVHS erhältlich.

GO 6000 – Riem
Winfried Eckardt, MVHS/Hannelore Schabel/Dr. Ulrike Wagner · Städtisches Hofgut Riem · Isarlandstr. 1 · so 10.00 bis 18.00 Uhr · 18.9.2011 · Gebührenfrei · 30 Plätze

Foto: © wikimedia/Lantmannen Unibake

Zu Tisch – ein Sommertag mit Esskultur
Was für ein Vergnügen gut zu speisen; mit Muße und in angenehmer Gesellschaft von Gleichgesinnten. Und noch größer wird das Vergnügen, wenn nicht nur Zunge und Magen, sondern auch der Geist versorgt wird: mit Wein, Unterhaltung und Erkenntnissen über das Kochen und die Esskultur. Es erwartet Sie ein (hoffentlich) schöner Spätsommertag mit sommerlichen Suppen, vegetarischen Leckereien und einem Kuchenbüffet. Der in einem idyllischen Park eingebettete Holzbau des ÖBZ bietet den angemessenen Rahmen. Als Aperitif serviert Ihnen Esther Wipfler einen spannenden kulturhistorischen Streifzug durch die Geschichte der Tischsitten und der damals üblichen Speisen. Ihren Geist anregen wollen Gerlinde Moorkamp und Anne Kästner mit ihrem literarisch-kulinarischen Quiz. Wie Marcel Proust und andere Schriftsteller das Kochen und Speisen zur Kunst erhoben haben, erzählt Ihnen Stefan Winter. Anschließend kommen Sie bei einer Weinprobe mit Heinz Peter und Regina Mändle voll auf den Geschmack.
Zum Dessert folgt noch eine cineastische Überraschung …

GZ 6001
Dr. Esther Wipfler/Stefan Winter M.A./Heinz Peter/Regina Mändle/Gerlinde Moorkamp/Anne Kästner · so 10.30 bis 21.30 Uhr · 18.9.2011 · € 60.– einschließlich Materialgeld · Getränke sind extra zu zahlen · Anmeldeschluss 11.9.2011 · 50 Plätze

Bitte bringen Sie zu Ihrem Kochkurs mehrere Geschirrtücher, evtl. eine Schürze und kleine Vorratsdosen mit.

Kochen lernen
Einführung in das Küchen-ABC
Sie wollen sich an die Geheimnisse des richtigen Kochens heranwagen? Nur Mut! Ob Single oder Familienmensch, gerade dem Elternhaus entflogen, plötzlich mit oder ohne Familie, hier werden Ihnen die Grundlagen vermittelt. Und zwar von A wie Anbraten bis Z wie Zwiebeln schneiden. Dabei werden Sie Gerichte kennen lernen, die Sie im Alltag leicht nachkochen können und die gut schmecken. Und noch eine Entdeckung wartet auf Sie: Nicht nur gemeinsames Essen macht Spaß, sondern auch gemeinsames Kochen!

GW 6015 – Wochenendseminar – Pasing
Andreas Somweber · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 85.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Foto: © Heike Sehm-Baudewig

Auf geht´s zum Kochen
kompakt und alternativ zur besten Wies´nzeit
Zur besten Oktoberfestzeit begeben wir uns in die Küche und lernen kochen. Biergartenschmankerl, Süßspeisen und Gebäck, Salate und Suppen, Fisch und Fleisch mit Beilagen teils in traditionell bayerischer Manier, teils in internationaler Manier stehen auf dem Ausbildungsplan. Damit Sie trotzdem auch noch einen besonderen Genuss haben, werden die Speisen bei gutem Wetter am Samstag und Sonntag im (Bier-)Garten der MVHS in Pasing verspeist.

GW 6021 – Wochenendseminar – Pasing
Peter Neukirchinger · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · fr 17.00 bis 21.00 Uhr · sa/so 11.00 bis 15.00 Uhr · 23./24./25.9.2011 · € 85.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Junge Volkshochschule

„Cool cooking" für Teens zwischen 12 und 16 Jahren
Euch läuft bei Kochsendungen das Wasser im Mund zusammen? Vielleicht kennt ihr auch Jamie Oliver und Tim Mälzer, die jugendlichen Sterneköche? Wie wär's denn mal mit selber kochen? Also, runter vom Sofa und ran an den Herd! Kann ich nicht, gibt's nicht! Gemeinsam Gerichte aus frischen Zutaten kochen, und vor allem aufessen macht richtig Spaß! Lasst euch überraschen und gönnt euren Geschmacksnerven mal ein Abenteuer!
Bitte Spül- und Geschirrtücher, evtl. Schürze und kleine Vorratsdosen mitbringen.

GZ 6051 – Sonntagsseminar – Bogenhausen
Dr. Celia König · Nur für Teilnehmer/innen von 12 bis 16 Jahren · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 14.00 bis 18.00 Uhr · 24.7.2011 · € 21.50 einschließlich Materialgeld · Ermäßigte Kursgebühr · 10 Plätze · ♿

Ach du dicke – Bohne!
Hülsenfrüchte auf dem Vormarsch!
Bohnensuppe, pikante Bohnenpaste, Bohnen-Burger, Bohnensalat aus dicken Bohnen und ein vegetarisches Chili stehen auf dem Speiseplan. Bohnen enthalten größere Mengen von Mineralstoffen, Vitaminen und Eisen und sind ein idealer Eiweißlieferant. Zum Würzen verwenden wir heimische Wildkräuter wie z. B. Quendel und Dost. Mit der richtigen Kombination mit Getreideprodukten, Kartoffeln oder Mais wird eine hohe biologische Wertigkeit erreicht. Wir lassen uns von der Vielfalt der Bohnenkulturen aus dem Experimentiergarten im ÖBZ anregen. Beim Blick über den Gartenzaun lernen wir die verschiedenen Sorten und Formen von Bohnen kennen.

GZ 6108 – Bogenhausen
Christine Nimmerfall · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mo 18.00 bis 21.30 Uhr · 18.7.2011 · € 32.– einschließlich Materialgeld · 10 Plätze · ♿

Bitte bringen Sie zu Ihrem Kochkurs mehrere Geschirrtücher, evtl. eine Schürze und kleine Vorratsdosen mit.

Bayrische und Tiroler Alpenküche
Wir begeben uns auf eine kleine kulinarische Reise durch die Bergwelt der Bayrischen und Tiroler Alpen. Wir kochen klassische und herzhafte, aber trotzdem raffinierte Gerichte nach den ursprünglichen Rezepten und mit regionalen Produkten. Vom echten Speckknödel in der Kraftbrühe, über die Knödelspezialitäten hin zu gebackener Forelle und Tafelspitz mit Apfelkren. Mit Topfenknödel, Bayrischer Creme und gedünsteten Quitten schließen wir unsere kulinarische Alpentour ab.

GZ 6195 – Bogenhausen
Valerie Kitzinger · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · do 18.00 bis 22.00 Uhr · 22.9.2011 · € 36.– einschließlich Materialgeld · 10 Plätze · ♿

Bayerische Küche – klassisch und einfach gut
Wer deftige, bodenständige Gerichte liebt, kommt an der Bayerischen Küche nicht vorbei. Feine Pfannkuchenstreifen in goldfarbener Fleischbrühe, Sellerieschnitzel mit lauwarmem Kartoffelsalat, Schweinsbraten mit Kruste und Dunkelbiersauce, Gemüse satt im Pichelsteiner Eintopf, Rahmschwammerln mit Semmelknödeln, hausgemachte Bratwürstl auf Sauerkraut, Rohrnudeln und Bayerische Creme, die Hits aus Bayerns Küche sind einfach unschlagbar! Wie sich die bayerischen Klassiker ganz einfach und unkompliziert zubereiten lassen, lernen Zugereiste, Kochanfänger/innen und Küchenprofis in diesem Kurs. Unbedingt mitbringen: Lust auf Fleisch und Gemüse.

GN 6198 – Samstagsseminar – Freimann
Petra Casparek · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 17.9.2011 · € 56.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

Italienisches Sommermenü – ein Gaumen- und Augenschmaus – exklusiv im Belle Cuisine
Sie erhalten eine Fülle von Anregungen und Ideen für Ihr Festmenü, für den Vor-, Zwischen-, Hauptgang und das Dessert. Auf unserem Speiseplan stehen: kalte Tomatensuppe mit Avocado und Mozzarella, Bacalao-Brandade auf Salatbett, Melonen-Salat mit Thymian-Mousse, Pfirsichsalat mit Entenleber, Rinderfilet mit Ruccola-Ajoli, Profiteroles mit Cognac-Creme, Himbeer-Joghurt-Eis auf Fruchtspiegel. Dazu genießen wir Espresso und ausgesuchte Weine.

GM 6339 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Zara Valenti · La Belle Cuisine · Steinstr. 24 · so 14.00 bis 20.00 Uhr · 17.7.2011 · € 106.– einschließlich Materialgeld · 12 Plätze

Sommernachtstraum – ein Menü zur heißen Jahreszeit
Ob mediterran, asiatisch oder aus der heimischen Küche, unsere Speisefolge ist auf alle Fälle harmonisch. Auf verschiedene Vorspeisen wie Garnelen auf Zitonengrasspießchen mit Ananaschutney, frische Pasta in einer Limetten-Chili-Sauce und Parmesankeksen, geeiste Erbsensuppe mit Chips von Parmaschinken folgen zwei (alternative) Hauptgerichte – aus der römischen Küche ein Kaninchen mit Pinienkernen, Rosinen und einem Hauch von Schokolade und aus dem Süden Frankreichs ein geschmortes Hühnchen mit einer Sauce aus Pflaumen, Tomaten und Cognac. Zum Abschluss lassen Sie sich überraschen mit einer Himmelstorte und einem Dessert aus frischen Beeren in Prosecco-Gelee.

GW 6207 – Samstagsseminar – Pasing
Susanne Mayer-Köhler · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa 10.30 bis 17.00 Uhr · 23.7.2011 · € 50.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Foto: © Verena N./PIXELIO

Vitalküche im Sommer
Holen Sie sich Anregungen für ein kulinarisches Highlight. Wir kochen ein Menü mit vier Gängen aus biologischen Zutaten, in dem alle Produkte der Jahreszeit zu wohlschmeckenden Gerichten vereinigt werden: Suppe von grünem Curry-Zitonengras, Matjesfilet mit Melone, asiatischer Krautsalat mit Garnelen, gefüllte Kalbsröllchen auf Kräuterspargel und Panna-cotta-Sauerrahm und Ananas. Dazu servieren wir die passenden Getränke.

GZ 6210 – Bogenhausen
Eva Simopoulou · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · do 18.00 bis 21.30 Uhr · 15.9.2011 · € 67.– einschließlich Materialgeld · 10 Plätze · ♿

Bergwandern mit Pilzsuche und Pilzkochen
Im Hochsommer sind die mittleren Gebirgsgegenden zwischen Kochel und Mittenwald ideal für Pilzwanderungen. Wir treffen uns auf dem Autobahnparkplatz und fahren in Fahrgemeinschaften weiter in ein geeignetes Gebiet. Dort lernen wir Speisepilze und ihre giftigen Doppelgänger kennen. Wir sammeln für unsere Küche geeignete Arten wie z. B. Täublinge, Pfifferlinge, Milchlinge und Röhrlinge. In der VHS-Küche bereiten wir anschließend ein schmackhaftes Pilzmenü gemeinsam zu. Falls die gesammelten Pilze nicht reichen, werden die Rezepte mit Marktpilzen ergänzt. Bitte bringen Sie vorhandene Pilz-Literatur, Pilzkorb, Küchenmesser und -handtücher sowie geeignete Wanderkleidung und Tagesverpflegung mit.

GS 6219 – Sonntagsseminar
Peter Karasch · Treffpunkt zur Wanderung: Autobahn Raststätte Höhenrain A95 Richtung Garmisch · Kochen: Volkshochschule · Forstenrieder Allee 61 · so 11.00 bis 20.00 Uhr · 28.8.2011 · € 42.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

Wildpilze sammeln und zubereiten – Genuss ohne Reue
Einheimische Wildpilze bereichern den persönlichen Speiseplan. Röhrlinge, Täublinge, Milchlinge, Parasol oder viele andere heimische Pilzarten werden von Ihnen auf einer gemütlichen Pilzwanderung südlich von München gesammelt und potenziell giftige Doppelgänger ausführlich besprochen. In der MVHS-Küche geht es weiter mit der Zubereitung eines köstlichen italienischen Pilz-Menüs und Praxistipps zur Verarbeitung und Konservierung von Speisepilzen. Falls die gesammelten Pilze nicht reichen, wird mit Zuchtpilzen nachgeholfen. Bitte bringen Sie einen Pilzkorb, Küchenmesser und -handtücher mit.

GS 6222 – Sonntagsseminar
Peter Karasch · Treffpunkt zur Wanderung: S-Bahnhof Stockdorf (S6 Richtung Tutzing) am Fahrradparkplatz · Kochen: Volkshochschule · Forstenrieder Allee 61 · so 14.00 bis 21.00 Uhr · 11.9.2011 · € 42.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

Linda, Selma, Nicola – die Verlockungen der Speisekartoffel
Linda, Selma, Nicola und Désirée, das sind nicht etwa die Mitglieder einer Girly-Band, sondern Bezeichnungen für Speisekartoffelsorten. Zubereitet als feine Suppe, mit viel Gemüse im Eintopf, geraspelt und goldbraun gebraten, raffiniert in Strudelteig gewickelt, mit Tomaten und Kräuterwürze im Gratin oder als verführerische Nascherei in Fettgebackenem, die Kartoffel glänzt in jeder Rolle. Sie verspeisen diese Kartoffel-Köstlichkeiten und schmecken weitere eher seltene Kartoffelsorten.

GN 6225 – Sonntagsseminar – Freimann
Petra Casparek · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 18.9.2011 · € 52.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

Hausgemacht und zum Verschenken: Chutneys, Relishes, Marmeladen und eingelegte Früchte
Überraschen Sie doch einmal Ihre Freunde mit selbst gemachten Köstlichkeiten wie Apfelchutney, Birnenchutney, Zucchini-Relish, Paprika-Relish, Sellerie-Tomaten-Paprika-Relish. Damit das Süße nicht zu kurz kommt, machen wir uns an die Marmeladenproduktion oder legen Früchte in Alkohol ein. Mit Amarena-Pflaumen, Rotwein-Zwetschgen, Pfirsich-Karotten-Zitronen-Marmelade, Kiwi-Pflaumen-Marmelade und Apfel-Kürbis-Marmelade machen Sie nicht nur Ihren Freunden eine Freude, sondern auch sich selbst. Zum Mittagessen gibt es eine schmackhafte Gemüsesuppe.
Die passenden Gläser erhalten Sie im Kurs. Der Preis von ca. € 10.– ist im Materialgeld enthalten.

GN 6297 – Samstagsseminar – Freimann
Gerda Mader · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 64.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

GW 6300 – Samstagsseminar – Pasing
Gerda Mader · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 17.9.2011 · € 64.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Bitte bringen Sie zu Ihrem Kochkurs mehrere Geschirrtücher, evtl. eine Schürze und kleine Vorratsdosen mit.

Whiskey und Cocktails
Whiskey und Cocktails – Getränke sind Bestandteil der Esskultur. Hier haben Sie Gelegenheit zu erfahren, wie sie zubereitet und genussvoll getrunken werden können.

Cocktails mixen und die Flaschen fliegen lassen
Hier lernen Sie nicht nur Cocktails mixen, sondern auch, wie Sie Ihre Gäste unterhalten können. Dabei lassen Sie die Flaschen durch die Luft fliegen wie in dem Film „Cocktail" und fangen Sie auch wieder auf – das ganze nennt man „Showbartending". Anfänger/innen lernen, wie mit vielen Handgriffen ein Showmix zusammengebaut werden kann. Keine Sorge, es geht nichts zu Bruch, denn die Flaschen, mit denen Sie üben, sind aus Hartkunststoff.
Es empfiehlt sich, das Auto zu Hause stehen zu lassen.

GW 6309 – Samstagsseminar – Pasing
Roland Barics · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa 12.00 bis 16.00 Uhr · 30.7.2011 · € 54.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Foto: © Norberd Smuda/PIXELIO

Molekulare Cocktails
Im Dunkeln leuchtende Cocktails, Kugeln, die im Mund platzen und flüssige Cocktails, die zu festem „Cocktail-Food" werden. Klassische Cocktails waren gestern, jetzt reicht „Mann/Frau" molekulare Cocktails. Nach dem Kurs sind Sie bestens gerüstet für Ihre nächste Party. Mit den richtigen Zutaten und Rezepten, Know-how und Starter-Set. Wo Sie das erhalten, erfahren Sie vom Dozenten.
Es empfiehlt sich, das Auto zu Hause stehen zu lassen.

GW 6318 – Pasing
Roland Barics · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.7.2011 · € 38.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Einladung zur Cocktailparty
Mit Sidecar, Mai Tai, Margarita und anderen alkoholischen sowie alkoholfreien Cocktail-Klassikern lassen sich Gäste wunderbar bewirten. Dazu reichen wir eine Palette von Fingerfood. Mit scharfen Hackfleisch-Kokos-Bällchen und Mangosalsa, mit knusprigen Olivenkugeln, Tramezzini-Basilikum-Creme-Schnecken und Nachos mit Guacamole und Tomatensalsa, mit knusprigen Filoteig-Schafskäse-Täschchen, Miniquiches mit Räucherlachs sowie Cupcakes mit Himbeercreme und schokoladigen Cakeballs laufen die appetitlichen Häppchen den bunten Cocktails fast den Rang ab. Schöner Nebeneffekt einer Cocktail-Party: die Gastgeber/innen können sich rechtzeitig fein machen, denn alles lässt sich gut vorbereiten.

GN 6345 – Sonntagsseminar – Freimann
Petra Casparek · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 24.7.2011 · € 57.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

Dämmerschoppen am Weiher
Ein milder Spätsommerabend draußen an der freien Luft. Entspannt lassen wir den Tag ausklingen, sitzen in gemütlicher Runde bei einem Glas fruchtigem Wein und nehmen uns die Zeit, den Augenblick zu schätzen und zu genießen. Umgeben vom reizvollen Ambiente des neu gestalteten Naturteichs weiht uns Weinjournalist und Rundfunksprecher Heinz Peter in die Geheimnisse der verkosteten Weinraritäten ein. Wir lauschen kurzweiligen Geschichten, Gedichten und literarischen Texten – mal Launisches, mal Hintergründiges, trefflich formulierte Gedanken zum Anregen sowohl unserer Phantasie wie auch unseres Verstands.
Sie sind herzlich eingeladen!

GO 6412 – Giesing
Heinz Peter · Volkshochschule · Severinstr. 6 · fr 19.30 bis 22.00 Uhr · 12.8.2011 · € 28.– einschließlich Materialgeld · 17 Plätze

Foto: © Winfried Eckardt

Mordsgeschichte mit Biss
Dieses Seminar richtet sich sowohl an Hobbyköchinnen und -köche, Weinliebhaber und Krimibegeisterte als auch Leute, die einfach mal einen interaktiven Abend erleben wollen.

Auf der Suche nach dem Täter – ein französisch-kreolisches Gericht
Kräuter – ein Meer von Kräutern – und dazwischen eine dunkelhäutige Tote. Das Motiv? Kommissar Loeffer steht vor einem Rätsel. Wie gut, dass er über eine feine Nase und einen geübten Gaumen verfügt. Denn schon bald führen ihn Geschmacks- und Geruchssinn auf die richtige Spur – ein französisch-kreolisches Restaurant in der Münchner Innenstadt und eine Küche, in der Liebe, Leidenschaft und Eifersucht die wichtigsten Zutaten sind. Während Sie der Geschichte lauschen und das Essen zubereiten, machen Sie sich gemeinsam mit Kommissar Loeffer auf die Suche nach dem Mörder.

GW 6390 – Sonntagsseminar – Pasing
Franz Westner/Eden Iyob · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · so 17.30 bis 21.30 Uhr · 31.7.2011 · € 40.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Internationale Kochkultur

Traditionelle afrikanische Küche
Kochen unter freiem Himmel
Auf traditionellen Holzkohleöfen werden gemeinsam mit einem togolesischen Koch und einer Köchin im Garten des ÖBZ Kochbananen und Yamswurzeln frittiert. Als Hauptspeise gibt es Djinkoumê (ein roter Brei aus Maismehl und Gemüse) mit würziger Sauce und gegrilltem Hähnchen. Eine süße Couscouscreme und Kaffee aus Togo runden das exotische Menü ab. Die Zutaten stammen aus ökologischem Anbau.
In Kooperation mit der Initiative Freundschaft ohne Grenzen e. V.

GZ 6423 – Sonntagsseminar – Bogenhausen
Kofi Adigbli · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 31.7.2011 · € 47.– einschließlich Materialgeld · 12 Plätze · ♿

Mediterrane Küche – die Aromen des Südens
Gehen Sie mit auf eine Entdeckungsreise in die Länder rund um das Mittelmeer. Die Basis dieser Küche sind frische, aromatische Grundprodukte, die sich unter den Händen eines geschickten Koches zu herrlich duftenden, verführerischen Köstlichkeiten vereinen. Wir kochen u. a. Focaccia mit Kirschtomaten, Auberginensalat mit Joghurtcreme, getrocknete Kräutertomaten mit Parmesan, rotes Pistou sowie Stockfisch auf Fenchelpüree.

GN 6564 – Samstagsseminar – Am Hart
Eva Simopoulou · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 23.7.2011 · € 59.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze · ♿

Spanische Küche vom Feinsten – Tapas und mehr
Wer kennt sie nicht, die leckeren Häppchen, die in Spaniens Tavernen angeboten werden. Fleischbällchen in pikanter Sauce, mit Knoblauch und Kräutern eingelegte Boquerones, Champignons in Sherry – um nur einige zu nennen – bieten sich als Appetithäppchen und Gaumenschmeichler an, begleitet von einem Gläschen trockenem Sherry. In Spanien wird einige Stunden später das Abendessen aufgetischt: Fisch, Fleisch und pikant gewürzte Wurst, Gemüse, Knoblauch, Olivenöl, Safran und Reis spielen hier die Hauptrolle. Und ganz wichtig dazu: eine gemütliche Runde aus Familie und Freundeskreis, damit es sich so richtig gut plaudern und genießen lässt.

GN 6627 – Samstagsseminar – Freimann
Petra Casparek · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 23.7.2011 · € 52.– einschließlich Materialgeld · 16 Plätze

Gesundheit informativ

Was sind „alternative" Heilverfahren?
Biochemie, Kinesiologie, Traditionelle Chinesische Medizin usw. – was ist das? Verschaffen Sie sich einen Überblick über alternative Heilverfahren. Die bekanntesten naturheilkundlichen Behandlungsmöglichkeiten werden an diesem Abend erklärt und die typischen Einsatzgebiete aufgezeigt. Mit diesen Informationen wird es Ihnen leichter fallen, sich für eine passende Methode zu entscheiden. Die Referentin ist Heilpraktikerin und Homöopathin, und geht in der abschließenden Gesprächsrunde gerne individuell auf Sie ein.

GN 21 – Vortrag – Schwabing
Monika Müller-Richter · Vortrag mit Diskussion · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 23.9.2011 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 17 Plätze

Welche Entspannungsmethode ist für mich die richtige?
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Feldenkrais, Autogenes Training, Achtsamkeitsübungen (MBSR), Imagination, die unterschiedlichsten Arten von Meditationen – all diese Methoden dienen auch der Entspannung. Bei dieser Veranstaltung überlegen wir gemeinsam, was einem entspannten Zustand entgegensteht und wie Sie herausfinden können, welche Methode für Ihre Entspannung am besten geeignet ist. Einzelne Methoden werden Ihnen theoretisch und praktisch, mit gemeinsamen Übungen, vorgestellt.

GN 45 – Vortrag – Am Hart
Susanne Büttel · Vortrag mit Übungen · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · mo 19.15 bis 20.45 Uhr · 19.9.2011 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 17 Plätze · ♿

Wehe, die Füße schmerzen
Wenn die Füße müde werden und weh tun, z. B. wegen Fehlformen wie Senk-, Spreiz- oder Knickfuß, oder gar ein Hallux valgus alle Schuhe zu eng werden lässt und das Gehen nur noch mit Schmerzen möglich ist – was tun? Sind Einlagen, Physiotherapie oder eine Operation die Lösung? Die Referentin ist Fachärztin für Physikalische und Rehabilitations-Medizin. Sie stellt Ihnen die unterschiedlichen therapeutischen Möglichkeiten vor, die helfen können und beantwortet gerne Ihre persönlichen Fragen.

GG 59 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. med. Monika Baumann · Vortrag mit Diskussion · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 20.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 17 Plätze · ♿

Meditation für Neugierige und Ungeduldige
Die vorgestellte Achtsamkeitsmeditation bietet auch uns Mitteleuropäern die Möglichkeit, diese jahrtausendealte mentale Kunst auf eine Weise zu erlernen, die undogmatisch und alltagstauglich ist und kein spirituelles Marketing verkaufen will, sondern authentisches Erleben vermittelt. Wer sich darauf einlässt, wird nicht schön, reich oder erfolgreich. Denn es geht nicht darum, etwas zu werden, sondern zu sein. Das Potenzial zu dieser tiefgreifenden, befreienden Erfahrung hat jeder Mensch. Probieren Sie es heute mit den vorgestellten Übungen einfach einmal aus.

GW 67 – Vortrag – Pasing
Jan Eßwein · Vortrag mit Übungen · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 11.7.2011 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 17 Plätze · ♿

Schultergelenkschmerzen
Das Schultergelenk ist durch seine Anatomie und Hebelkraft besonders anfällig für Beschwerden. Die mechanischen und nervalen Verbindungen zur gesamten Wirbelsäule, dem Kiefergelenk, den Rippenbogen und den Bauchorganen können unterschiedlichste Ursachen für Beschwerden im Schultergelenk sein. Der Referent stellt ein Konzept vor, wie die Ursachen für diese Beschwerden diagnostiziert werden und welche Therapiemaßnahmen von den Betroffenen selbst durchgeführt werden können – ganz ohne Nebenwirkungen.

GN 89 – Vortrag – Am Hart
Luis Weiß · Vortrag mit Diskussion · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 28.7.2011 · Anmeldung erforderlich · € 6.– · 17 Plätze · ♿

Wirbelsäulentherapie nach Dorn
Diese Wirbelsäulentherapie ist eine sanfte, aktive und intensive Behandlungsmethode bei Rücken- und Gelenkbeschwerden. Vor allem bietet sie eine gute Möglichkeit zur Selbsthilfe für den gesamten Bewegungsapparat. Im Vortrag geht es um die Entstehung von Rücken- und Gelenkproblemen, um ihre Vorbeugung und um gemeinsame Übungen zur Korrektur von fehlstehenden Wirbeln und Gelenken.
Bitte ein Handtuch mitbringen.

GS 105 – Vortrag – Sendling
Vivianne Terzoli · Vortrag mit Übungen · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · di 19.00 bis 21.00 Uhr · 19.7.2011 · Anmeldung erforderlich · € 7.– · 17 Plätze · ♿

Yoga – das Erfolgsrezept
Was macht Yoga so interessant und erfolgreich? Viele Menschen praktizieren Yoga – weltweit. An diesem Vortragsabend erfahren Sie, um was es im Yoga geht, welche Ziele Yoga hat, welche Konzepte dahinter stehen, woher diese kommen und warum diese jahrtausendealte Lehre bis heute so aktuell geblieben ist. Nicht nur die Wirkweise der von so vielen Menschen geschätzten und praktizierten Yoga-Übungen wird erklärt, einige Übungen werden auch demonstriert. Ob Sie Yoga schon kennen oder sich zum ersten Mal darüber informieren möchten – Sie sind eingeladen, Ihre persönlichen Fragen einzubringen.

GG 107 E – Vortrag – Innenstadt
Reinhard Bögle · Vortrag mit Diskussion · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 21.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 20 Plätze · ♿

Zähne der Zukunft – Implantate
Zahnverlust bedeutet keineswegs immer einen Verlust an Lebensqualität. Heute kann man fehlende Zähne durch künstliche Zahnwurzeln dauerhaft ersetzen. Im Dia-Vortrag werden geklärt: der Aufbau eines Implantats, Voraussetzungen für eine erfolgreiche Implantation, das operative und zeitliche Vorgehen, Vor- und Nachteile eines künstlichen Zahns, die Kosten und die Nachsorge.

GG 109 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. med. Alexandra Ruoff · Vortrag mit Diskussion · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 20.00 bis 21.30 Uhr · 21.7.2011 · € 6.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 17 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Selbstständigkeit durch Bewegung
Rock´n Roll statt Rollator
Fremdbestimmung und Abhängigkeit ist die gefürchtete Begleiterscheinung des Alters. Wenn die Grundfähigkeiten Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit moderat und regelmäßig trainiert werden, ist viel gewonnen: Erhöhung der Leistungsfähigkeit von Herz und Kreislauf, positive Beeinflussung des Fett- und Zuckerstoffwechsels, antidepressive Wirkung, Erhalt der Mobilität, Vorbeugung von Beschwerden der Gelenke und des Bewegungsapparates, Zunahme der Knochendichte, Reduktion der Sturzgefahr, Selbstständigkeit und Verbesserung der Lebensqualität.

GG 141 E – Vortrag – Innenstadt
Dr. med. Gudrun Starringer · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 14.7.2011 · € 6.– · 17 Plätze

Gesundheit aktiv

Die Gesundheitswoche
Neues kennen lernen, ausprobieren und auswählen.
Alles kostenlos!

Gesundheitswoche vom 19. bis 23. September 2011
In der Gesundheitswoche können Sie in den Stadtbereichszentren sowie im Gasteig an jeweils einem Abend einmal in eine Auswahl aus unserem großen Kursangebot „reinschnuppern". Dozentinnen und Dozenten aus den Bereichen Bewegung und Körpererfahrung sowie Gymnastik und Fitness stellen sich vor und informieren über ihre Kursinhalte – damit Sie leichter herausfinden, was für Sie das Passende ist!

Gesundheitstag im Stadtbereich Nord
am Montag, 19. September 2011
17.00 bis 18.00 Uhr: Dance Fitness
18.00 bis 19.00 Uhr: Yogilates
18.00 bis 19.00 Uhr: Feldenkrais
18.00 bis 19.00 Uhr: Qigong
19.00 bis 20.30 Uhr: Taekwondo
19.00 bis 20.00 Uhr: Fatburner Workout
19.00 bis 20.00 Uhr: Yoga
20.00 bis 21.00 Uhr: Pilates

GN 1000 – Am Hart
Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · mo 17.00 bis 21.00 Uhr · 19.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung nicht erforderlich · 25 Plätze

Gesundheitstag im Stadtbereich Ost
am Dienstag, 20. September 2011
17.00 bis 18.00 Uhr: Wirbelsäulengymnastik
18.00 bis 19.00 Uhr: Pilates
19.00 bis 20.00 Uhr: Powergymnastik
20.00 bis 21.00 Uhr: Bauch-Beine-Po
18.00 bis 19.30 Uhr: Yoga
19.30 bis 21.00 Uhr: Qigong

GO 1001 – Giesing
Volkshochschule · Severinstr. 6 · di 17.00 bis 21.00 Uhr · 20.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung nicht erforderlich · 25 Plätze

Gesundheitstag im Stadtbereich Süd
am Mittwoch, 21. September 2011
17.00 bis 18.00 Uhr: Workout
17.00 bis 18.00 Uhr: Pilates
18.00 bis 19.00 Uhr: Bodystyling
18.00 bis 19.00 Uhr: Dance Fitness
19.00 bis 20.00 Uhr: Qigong
19.00 bis 20.00 Uhr: Yoga
20.00 bis 21.00 Uhr: Taijiquan
20.00 bis 21.00 Uhr: Yoga

GS 1003 – Sendling
Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mi 17.00 bis 21.00 Uhr · 21.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung nicht erforderlich · 25 Plätze

Gesundheitstag im Stadtbereich West
am Donnerstag, 22. September 2011
17.00 bis 18.00 Uhr: Feldenkrais
18.00 bis 19.00 Uhr: Qigong
19.00 bis 20.00 Uhr: Yoga
20.00 bis 21.00 Uhr: Taijiquan
17.00 bis 18.00 Uhr: Workout
18.00 bis 19.00 Uhr: Wirbelsäulengymnastik
19.00 bis 20.00 Uhr: Fitness- und Konditionstraining
20.00 bis 21.00 Uhr: Bauch-Beine-Po

GW 1005 – Pasing
Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · do 17.00 bis 21.00 Uhr · 22.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung nicht erforderlich · 25 Plätze

Gesundheitstag im Stadtbereich Mitte
am Freitag, 23. September 2011
16.00 bis 17.00: Yoga
17.00 bis 18.00: Taijiquan
18.00 bis 19.00: Feldenkrais
19.00 bis 20.00: Bodystyling
20.00 bis 21.00: Pilates

GG 1007 – Innenstadt
Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 16.00 bis 21.00 Uhr · 23.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung nicht erforderlich · 25 Plätze

Fit für den Alltag – Wissenswertes zu gesunder Ernährung, angepasster Bewegung und Entspannung
Wussten Sie, dass der Körper zu ca. 70 Prozent über die Atmung entgiftet wird oder das Gehirn auf die Zufuhr von Kohlenhydraten angewiesen ist?
In diesem Seminar erfahren Sie, wie wichtig die Kombination aus Ernährung, Bewegung und Entspannung für den Stoffwechsel ist. Dabei liegt der Focus auf der Tatsache, dass jeder Körper einzigartig ist. Hier können Sie fragen und erfahren, was sich Ihnen aus allgemeinen Ratgebern nicht erschließt. Grundlegend für körperliche und geistige Fitness ist eine typgerechte Ernährung. Darauf aufbauend ist regelmäßige Bewegung sinnvoll. Dabei kommt es aber nicht auf die Leistung, sondern auf den Spaß beim Training an. Einfache Übungen und Tipps sorgen für einen bewegten Alltag. Mit der richtigen Entspannung können Sie zudem für eine gesunde Verdauung sorgen und regen die Selbstheilungskräfte an. Praktisch angewandte Entspannungsmethoden bieten Ihnen Anregungen zum Weiterüben.

GZ 1009 – Samstagsseminar – Bogenhausen
Elisabeth Jarre · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 10.00 bis 15.30 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 17.9.2011 · € 30.– · 12 Plätze · ♿

Besser sehen leicht gemacht
Arbeiten Sie viel am Computer, haben müde, gerötete oder trockene Augen? Oder wollen Sie einfach besser sehen? Entspannen und kräftigen Sie Ihre Augen: mit einfachen Übungen, die oft auch ganz nebenbei z. B. beim Einkaufen, Telefonieren oder Spazierengehen gemacht werden können. Das „Sehen" im Alltag wird erleichtert und der Entstehung von Augenbeschwerden kann entgegengewirkt werden. Einige Übungen finden im Freien statt.
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und Aufbewahrungsmöglichkeiten für Brille und Kontaktlinsen mitbringen.

GS 1011 – Samstagsseminar – Sendling
Elvira Boguth · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.30 Uhr (mit 90 Minuten Pause) · 16.7.2011 · € 32.– · 12 Plätze · ♿

Wirbelsäulentherapie nach Dorn
Damit Sie sich selbst helfen können
Bei Wirbelsäulen- und Gelenkproblemen kann die Dorn-Therapie sehr hilfreich sein. Sie ist leicht zu erlernen und anzuwenden. Im Seminar erfahren Sie, wie Bewegungseinschränkungen und Blockierungen diagnostiziert und auf sanfte Art ausgeglichen werden können. Für individuelle Tipps der Dozentin hinsichtlich Ihrer Körperhaltung ist eine bequeme, aber enganliegende Kleidung oder eventuell ein Badeanzug hilfreich.
Bitte ein Handtuch mitbringen.

GN 1033 – Sonntagsseminar – Am Hart
Maria Wein · Nur für Frauen · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 18.9.2011 · € 30.– · 14 Plätze · ♿

Ismakogie – richtige Haltung kann man lernen
Ismakogie ist eine Haltungs- und Bewegungslehre, die große Erfolge bei Beschwerden verzeichnet, die durch eine falsche Körperhaltung und Bewegungsmangel entstanden sind, z. B. durch zu langes Sitzen vor dem Computer.
Mit kleinen Übungen, die leicht in den Alltag integriert werden können, schulen Sie u. a. das Gefühl für den eigenen Körper. Falsche Körperhaltungen werden Ihnen bewusst gemacht, richtige lernen Sie kennen. Die Ismakogie hilft bei Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich, bei Beschwerden im Wirbelsäulenbereich, bei Fuß- und Gelenkproblemen.
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

GN 1035 – Samstagsseminar – Schwabing
Elfriede Roemer · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · sa 10.00 bis 15.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 16.7.2011 · € 22.– · 12 Plätze

Besser schlafen leicht erlernt – nach dem Sounder Sleep System
Einschlafen, Durchschlafen oder Wiedereinschlafen ist für viele Menschen ein Problem. Das „Sounder Sleep System" nach Michael Krugman ist eine leicht erlernbare und wirkungsvolle Methode gegen Einschlaf- und Durchschlafstörungen. Im einführenden Seminar lernen Sie, mit kleinen, behutsamen Bewegungen, genannt Mini-Moves, und Atemtechniken, den Körper zu entspannen und den Geist zu beruhigen. Geübt wird im Sitzen und Liegen. Die erlernten Techniken sind im Alltag einfach anwendbar.
Bitte warme bequeme Kleidung und Handtuch als Kopfunterlage mitbringen.

GG 1121 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Eva Dorfner · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 7.8.2011 · € 32.– · 12 Plätze

Entspanntes Gesicht = entspannter Körper
Nächtliches Zähneknirschen, spannungsbedingte Kopfschmerzen, unscharfes Sehen durch übermüdete Augen und durch Stress verkrampfte Muskeln können durch gezielte Gymnastik, Massage und Entspannung für das Gesicht günstig beeinflusst werden. Im Seminar lernen Sie Techniken zur Gesichtsentspannung kennen und üben diese an sich selbst ein. Dabei können Sie erleben, wie sich Ihr gesamter Körper entspannt. Bitte mitbringen: Standspiegel, ein Gästehandtuch, Schreibutensilien.

GS 1145 – Sendling
Claudia Caran · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · di 18.00 bis 21.00 Uhr · 12.7.2011 · € 17.– · 12 Plätze · ♿

Autogenes Training zum Kennenlernen
Autogenes Training ist als sehr wirksames und vielseitig einsetzbares Entspannungsverfahren bekannt. Sie erhalten Informationen, lernen die Methode kennen und bekommen in kleinen praktischen Lerneinheiten ein erstes Gespür für dieses bewährte Entspannungsverfahren.

GW 1151 – Samstagskurs – Pasing
Anne Jaensch · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · 3 x sa 9.30 bis 11.30 Uhr · 17.9. bis 1.10.2011 · € 31.– · 12 Plätze · ♿

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson zum Kennenlernen
Die Muskelrelaxation nach Jacobson ist vielseitig, variabel und eignet sich für unterschiedliche Ziele. Am Kurstag können Sie testen, ob diese Entspannungsmethode für Sie geeignet ist. Sie lernen die Übungsmethodik kennen, erhalten Hintergrundinformationen und erfahren, wie Sie die Progressive Muskelentspannung für unterschiedliche Anwendungsziele einsetzen können.

GZ 1175 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Sabine Berger · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 29./30.7.2011 · € 17.– · 10 Plätze

Gelassen und sicher im Stress
Stress zu vermeiden gelingt nicht immer, doch den konstruktiven Umgang damit kann man lernen. Der erste Schritt dorthin: das eigene Verhalten in stressenden Situationen bewusst wahrnehmen, um es dann schrittweise zu verändern: durch Umwandlung von Einstellungen und Reaktionen sowie Schaffen von Freiräumen für Erholung und Genuss. Begleitend üben Sie Entspannungstechniken. Dieses Stressbewältigungsprogramm hat das Ziel, alltäglichen Belastungssituationen möglichst flexibel zu begegnen, und so gelassen und sicher mit Stress umzugehen.
Das Stressbewältigungsprogramm ist ein Programm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Es wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.
Bitte mitbringen: Decke und warme Socken.

GO 1107 – Wochenendseminar – Giesing
Olga Maria Pabst · Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 13.00 Uhr (sa mit einer Stunde Pause) · 17./18.9.2011 · € 55.– · 10 Plätze

Entspannen – aber wie?
Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung nach Jacobson sind zwei sehr populäre Entspannungsmethoden.
Im Seminar lernen Sie beide Verfahren kennen und können herausfinden, welches für Sie am besten geeignet ist. Wissenswertes zum Thema Entspannung rundet den Tag ab.
Bitte Isomatte, Decke und eine Brotzeit mitbringen.

GZ 1129 – Bogenhausen
Michael Kaiser · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 10.00 bis 15.00 Uhr (mit 30 Minuten Pause) · 17.7.2011 · € 26.– · 12 Plätze

Entspannungstipps für den (Arbeits-)Alltag
An diesem Nachmittag haben Sie Gelegenheit, verschiedene Übungen und Entspannungsmethoden auszuprobieren, die ohne viel Aufwand in den Alltag integrierbar sind. Das Angebot zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie in angespannten Situationen wieder schnell zu körperlicher und geistiger Ruhe und Ausgeglichenheit finden können.
Neben eher körperbezogenen Übungen, z. B. aus der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson, und Tipps zur Augen- und Nackenentspannung kommen auch mentale Varianten, z. B. das autogene Training oder die Atementspannung, nicht zu kurz.
Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen.
Ein Übungsskript ist für € 3.– im Seminar erhältlich.

GN 1133 – Samstagsseminar – Schwabing
Michael Kaiser · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · 9.7.2011 · € 23.– · 12 Plätze

Entspannung durch Gesichtsgymnastik
Gesichtsentspannung und -gymnastik sind kleine Zaubermittel, wenn es um das Harmonisieren des Gesamteindrucks des Gesichts geht. Die Übungen stärken die Gesichtsmuskulatur und fördern die Durchblutung – aber auch Verspannungen können sich lösen. Neben der optischen Verschönerung fördert man gleichzeitig das Abschalten und Zur-Ruhe-Kommen.
Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Tisch-Standspiegel, ein Gästehandtuch, Stirnband oder Clip. Das Materialgeld in Höhe von € 2.– für die schriftlichen Unterlagen und Material ist direkt im Kurs zu bezahlen

GN 1140 – Freitagsseminar – Am Hart
Claudia Caran · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.9.2011 · € 17.– · 12 Plätze · ♿

Verschiedene Meditationsformen kennen lernen
Das Ziel von Meditation – innere Ruhe und Gelassenheit, Achtsamkeit, Entspannung und Klarheit – lässt sich auf verschiedenen Wegen erreichen. Sind Sie auf der Suche nach dem für Sie besten Weg und neugierig auf die verschiedenen Möglichkeiten? Sie lernen verschiedene Formen der Meditation kennen: Vipassana (buddhistische Atem- und Achtsamkeitsmeditation), Klangmeditationen, verschiedene geführte Meditationen, Bewegungsmeditationen. So können Sie herausfinden, womit Sie sich am wohlsten fühlen und wie Sie täglich etwas für sich tun können.
Bitte bequeme Kleidung, Socken und eine Decke mitbringen.

GO 1194 – Samstagsseminar – Giesing
Anne Pohlmeyer · Volkshochschule · Severinstr. 6 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 23.7.2011 · € 32.– · 12 Plätze

Partnermassage
Massage kann wohltuend und schmerzlindernd sein, kann Verspannungen und Verkrampfungen lösen, die Durchblutung anregen oder einfach nur angenehm sein. In diesem Seminar werden wichtige Grifftechniken für klassische Teil- und Ganzkörpermassagen gezeigt und anschließend wechselseitig miteinander geübt.
Bitte mitbringen: evtl. Badeanzug, warme Socken und pro Paar ein großes und ein kleines Handtuch, eine Wolldecke, Massageöl sowie ein großes und kleines Kissen.

GN 1217 – Wochenendseminar – Am Hart
Nicoline von Tschammer · Nur für Paare · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 14.30 Uhr · 23./24.7.2011 · € 45.– je Person · 14 Plätze · ♿

GO 1219 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Cornelia van Delden · Nur für Paare · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · so 10.00 bis 14.00 Uhr · 9./10.7.2011 · € 52.– · je Person · 12 Plätze

GW 1227 – Wochenendseminar – Pasing
Stephan-Erik Wirth · Nur für Paare · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 17./18.9.2011 · € 60.– je Person · 14 Plätze · ♿

Einführung in die Fußreflexzonenmassage
Auf der Fußsohle bilden sich nach der Theorie der Fußreflexzonenmassage alle Körperorgane an ganz bestimmten Stellen ab. Durch Massage sollen die inneren Organe stimuliert und aktiviert werden, die Durchblutung sowie die Funktion sämtlicher Organe verbessert werden. Sie lernen die verschiedenen Abbildungszonen auf der Fußsohle kennen.
Dazu bitte Papier und Bleistift mitbringen und für praktische Übungen warme Socken und Kleidung, zwei Decken und ein großes Kissen.

GS 1249 – Wochenendseminar – Sendling
Nicoline von Tschammer · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (jeweils mit einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 60.– · 14 Plätze · ♿

Freier Atem
Wenn Sie unter Anspannung „flacher atmen", wenn Sie sich oft „atemlos" fühlen, sich verspannen und die Luft anhalten, wenn Nervosität oder Hektik den Atem unruhig werden lassen und Druck auf der Brust spürbar ist – oder auch „nur", wenn Sie Ihrem Atem mehr Aufmerksamkeit schenken möchten und bewusst erleben wollen, wie er sie trägt, dann können Sie hier mit wohltuenden, regulierenden Atemübungen Unterstützung, Gelassenheit und innere Ruhe tanken. Die Übungen sind gut zu Hause machbar. Grundlage ist unter anderem die Atemarbeit nach Prof. Middendorf.

GG 1205 – Samstagsseminar – Innenstadt
Cornelia van Delden · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 13.8.2011 · € 30.– · 12 Plätze

Yoga
An der Münchner Volkshochschule wird klassisches Hatha-Yoga unterrichtet. Dabei wird Yoga als übendes Verfahren verstanden, das neben dem Aufbau bestimmter Körperhaltungen (Asanas) sowie geführter Atmung (Pranayama) auch die Möglichkeit bietet, psychosomatische Wechselwirkungen zwischen Körper, Geist und Situation zu erleben und damit zu beeinflussen. Durch die intensive Arbeit mit Bewegung, Atmung und Entspannung kann stressbedingten Störungen entgegengewirkt, innere Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit gefördert und die Beweglichkeit und Kräftigung der Muskulatur erhöht werden.

Yoga – Grundstufe
Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. Erlernt werden grundlegende Haltungs- und Bewegungsmuster im Stehen, Sitzen und Liegen.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

GM 2031 – Innenstadt
Ingeborg Wolff · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 9 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 4.8. bis 29.9.2011 · € 59.– · 14 Plätze · ♿

GM 2033 – Innenstadt
Ingeborg Wolff · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 9 x do 19.30 bis 21.00 Uhr · 4.8. bis 29.9.2011 · € 59.– · 14 Plätze · ♿

GN 2055 – Am Hart
Michael Litschko · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 4 x mo 16.30 bis 18.00 Uhr · 5.9. bis 26.9.2011 · € 30.– · 17 Plätze · ♿

GN 2057 – Am Hart
Michael Litschko · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 4 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 5.9. bis 26.9.2011 · € 30.– · 17 Plätze · ♿

GN 2058 – Am Hart
Michael Litschko · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 4 x mo 19.30 bis 21.00 Uhr · 5.9. bis 26.9.2011 · € 30.– · 17 Plätze · ♿

Yoga zum Kennenlernen
Hier haben Sie die Möglichkeit zu erproben, ob Yoga für Sie die richtige Methode ist. Sie werden die grundlegenden Körper- und Atemübungen und ihre Wirkungsweise kennenlernen.
Bitte bequeme Kleidung und Decke mitbringen.

GM 2211 – Innenstadt
Ursula Landes · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 25.7. bis 5.9.2011 · € 38.– · 17 Plätze

GM 2213 – Innenstadt
Ursula Landes · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mo 19.30 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 5.9.2011 · € 38.– · 17 Plätze

GM 2215 – Innenstadt
Ruth Scherber · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 4.8. bis 25.8.2011 · € 31.– · 17 Plätze

GM 2217 – Innenstadt
Ruth Scherber · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x do 19.30 bis 21.00 Uhr · 4.8. bis 25.8.2011 · € 31.– · 17 Plätze

GO 2221 – Bogenhausen
Diana Bondini-Lerro · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · 3 x fr 17.00 bis 18.30 Uhr · 16.9. bis 30.9.2011 · € 24.– · 12 Plätze

GS 2227 – Sendling
Brigitte Kreutzer · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo/di/mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 5./6./7.9.2011 · € 24.– · 14 Plätze · ♿

Iyengar-Yoga ®
Yoga in der Tradition von B.K.S. Iyengar
bietet eine sorgfältige Auswahl von Bewegungs-, Haltungs- und Atemübungen. Besonderes Augenmerk wird auf eine anatomisch exakte Ausrichtung der Körperhaltungen gelegt. Die Muskulatur wird gekräftigt, die Bewegungen werden geschmeidiger, die Haltung verbessert sich und die Körperwahrnehmung wird verfeinert. Sie gewinnen mehr Energie und begegnen den Anforderungen des Alltags gelassener.

GW 2243 – Wochenendseminar – Neuhausen
Claudia Götter · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · so 10.00 bis 13.00 Uhr· 23./24.7.2011 · € 48.– · 12 Plätze

Yoga für Hände, Arme und Schultern
Handeln, begreifen, erfassen – unsere Sprache drückt deutlich die Schlüsselstellung der Hände aus, deren Bewegungen gemeinsam mit Armen und Schultern koordiniert werden. Dieses Zusammenspiel steht im Mittelpunkt unserer Yogapraxis. Geübt wird mit wacher Aufmerksamkeit, mit dem Augenmerk auf Gleichgewicht und Entspannung, mit dem Einsatz von Kraft und Flexibilität, mit dem Nachspüren von Festigkeit und Leichtigkeit. Sichtweisen aus der Yoga-Lehre und das Verständnis für anatomische Funktionen fließen in die Praxis der Asanas (Körperübungen) ein. Yoga-Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht Voraussetzung.

GW 2253 – Samstagsseminar – Pasing
Andreas Mönnich · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 23.7.2011 · € 32.– · 12 Plätze

Hormon-Yoga
Wenn Körper und Seele Achterbahn spielen, sind manchmal die Hormone nicht im Gleichgewicht. Hatha-Yoga Techniken nach Dinah Rodrigues können – regelmäßig angewandt – die hormonelle Balance wieder herstellen. Einfache Atem- und Entspannungsübungen sowie Körperstellungen aus dem Yoga regen für die Hormonerzeugung wichtigen Organe und Drüsen an. Die Lebensenergie wird aktiviert, der ganze Körper gestärkt und gedehnt.
Besonders geeignet für Frauen in den Wechseljahren, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

GM 2269 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Cora Menz · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · so 10.00 bis 16.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 24.7.2011 · € 27.– · 12 Plätze

Yoga – Offenes Programm im Gasteig
Das Offene Programm bietet die Möglichkeit, sich ohne feste Kursbuchung für die Teilnahme zu entscheiden.
Die ruhigen, konzentriert ausgeführten Übungen des Hatha-Yoga, verbunden mit gleichmäßiger tiefer Atmung, führen zu innerer Ruhe und Entspannung. Für Ungeübte und Geübte geeignet.
Bitte bequeme Kleidung und Decke mitbringen.

GG 2203 E – Innenstadt
Michael Litschko · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 11 x mi 14.15 bis 15.35 Uhr · 20.7. bis 28.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

GG 2205 E – Innenstadt
Michael Litschko · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 11 x mi 15.40 bis 17.00 Uhr · 20.7. bis 28.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

GG 2209 E – Innenstadt
Gertrud Anzenberger · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 10 x do 9.30 bis 11.00 Uhr · 28.7. bis 29.9.2011· Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

Yoga-Sommer-Training im Stadtbereich Nord
Sie erhalten die Möglichkeit, bis zum Beginn des nächsten Semesters zu üben. Das Training ist auch für Ungeübte geeignet, die einmal Yoga ausprobieren wollen und sich dann für einen Kurs entscheiden können. Sie zahlen vor Ort jeweils nur für den Abend, an dem Sie teilnehmen.

GN 2232 E– Am Hart
Michael Litschko · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 8 x di 16.30 bis 18.00 Uhr · 2.8. bis 20.9.2011 · € 6.– pro Kursabend · 17 Plätze · ♿

GN 2233 E – Am Hart
Michael Litschko · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 8 x di 18.00 bis 19.30 Uhr · 2.8. bis 20.9.2011 · € 6.– pro Kursabend · 17 Plätze ·

Taijiquan zum Kennenlernen
Sie haben schon viel von Taijiquan gehört? Hier haben Sie die Möglichkeit zu erproben, ob Taijiquan für Sie die richtige Methode ist.
Nicht das Erlernen einer komplexen Übungsreihe steht im Vordergrund, sondern Achtsamkeit und Wohlbefinden und die Umsetzbarkeit der Übungen im Alltag.

GG 2325 – Innenstadt
Dr. Elfriede Rossori · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 5 x mo 8.30 bis 10.00 Uhr · 1.8. bis 5.9.2011 · € 39.– · 14 Plätze

GM 2327 – Innenstadt
Hyang-Kyu Song · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · mo bis do 18.30 bis 20.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 32.– · 12 Plätze

GZ 2331 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Dr. Elfriede Rossori · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 14.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 6./7.8.2011 · € 32.– · 12 Plätze

Foto: © Heike Sehm-Baudewig

Qigong
Qigong bedeutet Arbeit an der Lebensenergie durch beständiges Üben und dient als Teil der „Traditionellen Chinesischen Medizin" der Gesunderhaltung und Prävention. Sanft fließende Bewegungen mit ruhiger Atmung, achtsamen Entspannungs- und Vorstellungsbildern harmonisieren und kräftigen das Energie- und Nervensystem und führen so zu innerer Ruhe und Gelassenheit. Qigong-Übungen sind gut erlernbar und für jedes Alter geeignet.
Besondere körperliche Voraussetzungen oder Begabungen sind nicht erforderlich, jedoch sollte die Bereitschaft zum täglichen Üben zu Hause vorhanden sein.
Bitte Decke, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet, wenn nicht anders ausgewiesen Bitte beachten Sie auch das Angebot „Qigong zum Kennenlernen".

GM 2335 – Innenstadt
Monika Brabec · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 5 x di 19.30 bis 21.00 Uhr · 19.7. bis 16.8.2011 · € 39.– · 14 Plätze

GM 2337 – Innenstadt
Andrea Stockinger · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 7 x di 18.00 bis 19.30 Uhr · 2.8. bis 13.9.2011 · € 54.– · 14 Plätze

GM 2339 – Innenstadt
Andrea Stockinger · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 7 x di 19.30 bis 21.00 Uhr · 2.8. bis 13.9.2011 · € 54.– · 14 Plätze · ♿

GN 2355 – Am Hart
Johanna Wolter-Henkel · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 3 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 15.9. bis 29.9.2011 · € 24.– · 12 Plätze · ♿

GW 2401 – Wochenendseminar – Neuhausen
Ingrid Griessl · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · sa 10.00 bis 16.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · so 10.00 bis 14.00 Uhr · 9./10.7.2011 · € 47.– · 14 Plätze

Qigong für die Augen
Qigong-Augenübungen und gezieltes Sehtraining (u. a. nach Dr. Bates) stärken und entspannen Ihre Augen, die durch Bildschirmarbeit oder andere einseitige Belastungen am Arbeitsplatz oder zu Hause trocken, tränend oder verspannt sind. Sie erlernen einfache Methoden, die Sie selbstständig weiterüben können und die helfen, Ihre Sehkraft zu erhalten und zu verbessern.
Schriftliche Unterlagen unterstützen Sie dabei.

GZ 2453 – Sonntagsseminar – Bogenhausen
Beate Schult · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 10.7.2011 · € 33.– · 10 Plätze · ♿

Qigong zum Stärken und Wohlfühlen
Stille und bewegte Qigong-Übungen, Selbstmassagen, Akupressur stärken den gesamten Organismus und sorgen für ein ganzheitliches Wohlbefinden. Die meist fließenden, leicht erlernbaren Übungen können mit Hilfe eines Skripts auch gut zu Hause geübt werden.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und Brotzeit mitbringen.

GN 2459 – Samstagsseminar – Am Hart
Monika Brabec · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · so 10.00 bis 15.00 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 10.7.2011 · € 24.– · 12 Plätze · ♿

Qigong und Meditation
Ruhige, fließende Bewegungen des Qigong, des aktiven Teils der Traditionellen Chinesischen Medizin, dienen der Stärkung und Harmonisierung der Lebensenergie und passen sehr gut zur Praxis der Sitzmeditation. Mit Achtsamkeit – als Schlüssel und Voraussetzung, um in die Meditation zu kommen – wächst ein Weg, in Kontakt zu uns zu kommen und gelassener zu werden. Physische und psychische Spannungen können sich lösen. Keine Vorkenntnisse in Qigong oder Meditation notwendig.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken und, falls vorhanden, ein Sitzkissen.

GN 2469 – Sonntagsseminar – Schwabing
Susanne Büttel · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 17.7.2011 · € 32.– · 14 Plätze

Offenes Programm im Gasteig
Qigong
Das Offene Programm bietet die Möglichkeit, sich ohne feste Kursbuchung für die Teilnahme zu entscheiden.
Sanft fließende Bewegungen mit ruhiger Atmung, achtsamen Entspannungs- und Vorstellungsbildern harmonisieren und kräftigen das Energie- und Nervensystem und führen so zu innerer Ruhe und Gelassenheit. Für Ungeübte und Geübte geeignet.
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

GG 2417 E – Innenstadt
Monika Brabec · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 5 x di 9.00 bis 10.30 Uhr · 19.7. bis 16.8.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

GG 2419 E – Innenstadt
Monika Brabec · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 5 x di 10.45 bis 12.15 Uhr · 19.7. bis 16.8.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

GG 2421 E – Innenstadt
Andrea Stockinger · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 6 x di 9.00 bis 10.30 Uhr · 23.8. bis 27.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

GG 2423 E – Innenstadt
Andrea Stockinger · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 6 x di 10.45 bis 12.15 Uhr · 23.8. bis 27.9.2011 · Keine Anmeldung · € 6.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 20 Plätze

Qigong zum Kennenlernen
Sie haben schon viel von Qigong gehört? Hier haben Sie die Möglichkeit zu erproben, ob Qigong für Sie die richtige Methode ist.
Nicht das Erlernen einer komplexen Übungsreihe steht im Vordergrund, sondern Achtsamkeit und Wohlbefinden und die Umsetzbarkeit der Übungen im Alltag.

GG 2425 – Kompaktkurs – Innenstadt
Beate Schult · Bei schönem Wetter in den Isarauen · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 13.00 bis 14.30 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 39.– · 14 Plätze

GO 2431 – Kompaktkurs – Giesing
Ute Geitner · Volkshochschule · Severinstr. 6 · di/mi/do 19.00 bis 20.30 Uhr · 23./24./25.8.2011 · € 24.– · 12 Plätze

GS 2433 – Kompaktkurs – Sendling
Gabriele Maier · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo/di/mi 10.30 bis 12.00 Uhr · 5./6./7.9.2011 · € 24.– · 14 Plätze · ♿

GZ 2435 – Samstagsseminar – Bogenhausen
Thurid Stewart · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 10.00 bis 14.00 Uhr · 23.7.2011 · € 22.– · 10 Plätze

Der weiße Affe präsentiert den goldenen Pfirsich Herz-Qigong
Der poetische Titel bezeichnet die fließenden, vor allem rundherum wohltuenden Übungen des Herz-Qigongs. Die für das Herz-Kreislaufsystem wichtigen Leitbahnen werden durchlässig gemacht. Die Gedanken werden beruhigt, wichtige Akupunkturpunkte stimuliert. Sie werden im Herzen beschwingt nach Hause gehen.
Vorkenntnisse in Qigong sind erwünscht.
Bitte eine kleine Brotzeit und Socken mitbringen.

GZ 2445 – Sonntagsseminar – Bogenhausen
Thurid Stewart · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 24.7.2011 · € 33.– · 10 Plätze

Frauen-Qigong
Das von der chinesischen Ärztin Liu Yafei entwickelte Frauen-Qigong trägt wie jedes Qigong zur Harmonisierung des Energieflusses auf den Meridianen und zu ganzheitlichem Wohlbefinden bei. Im Besonderen wirken diese einfach zu erlernenden Übungen unterstützend und regulierend auf den Hormonhaushalt und erleichtern mögliche Beschwerden beim Übergang ins Klimakterium. Ein Skript hilft beim Üben zu Hause.
Bitte eine kleine Brotzeit, ein Getränk, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

GG 2457 – Samstagsseminar – Innenstadt
Thurid Stewart · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 11.00 bis 16.00 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 6.8.2011 · € 23.– · 20 Plätze · ♿

Qigong zum Stärken und Wohlfühlen
Stille und bewegte Qigong-Übungen, Selbstmassagen, Akupressur stärken den gesamten Organismus und sorgen für ein ganzheitliches Wohlbefinden. Die meist fließenden, leicht erlernbaren Übungen können mit Hilfe eines Skripts auch gut zu Hause geübt werden.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und Brotzeit mitbringen.

GS 2463 – Sonntagsseminar – Sendling
Monika Brabec · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · so 10.00 bis 15.00 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 31.7.2011 · € 24.– · 12 Plätze

Qigong – bewegt und getanzt
Erleben Sie Ihre Lebendigkeit und Ihre Bewegungslust und tun Sie gleichzeitig etwas für Ihre Gesundheit! Lernen Sie traditionelle Bewegungen des Qigong kennen und entwickeln Sie daraus spielerisch – unterstützt durch Musik – Ihren eigenen freien, tänzerischen Ausdruck.
Das Seminar ist für jede Altersgruppe geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

GM 2473 – Samstagsseminar – Innenstadt
Hanne Zitka-Scheuerer · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa 10.00 bis 15.00 Uhr (mit einer halben Stunde Pause) · 23.7.2011 · € 24.– · 12 Plätze

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung
Diese Methode nach Moshe Feldenkrais gibt eine originelle Antwort auf die Frage, wie Lernen gelernt werden kann, um mit sich und der Welt (besser) zurechtzukommen. Achtsam erkunden Sie Ihre Bewegungsgewohnheiten und entdecken, wie sich Ihr Selbstbild darin widerspiegelt. Sie erleben, wie Sie sich müheloser bewegen und Einschränkungen „spielend" überwinden können. Mit mehr Bewusstheit über das eigene Tun entsteht neue Beweglichkeit wie von selbst. Feldenkrais will dazu anregen, die eigene Lebensqualität, persönliches Wachstum, Wachsein und Freude zu fördern.
Bitte Wolldecke und warme, bequeme Kleidung mitbringen. Für Anfänger/innnen und Fortgeschrittene geeignet, wenn nicht anders ausgewiesen.

GZ 2549 – Samstagsseminar – Bogenhausen
Monika Merrath · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 9.7.2011 · € 32.– · 12 Plätze

GM 2487 – Innenstadt
Monika Merrath · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 7 x mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 20.7. bis 31.8.2011 · € 49.– · 12 Plätze · ♿

GM 2489 – Innenstadt
Monika Merrath · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 7 x mi 19.30 bis 21.00 Uhr · 20.7. bis 31.8.2011 · € 49.– · 12 Plätze · ♿

GM 2491 – Wochenendseminar – Innenstadt
Ingeborg Scheibe · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 30./31.7.2011 · € 63.– · 12 Plätze · ♿

Feldenkrais-Arbeit zum Kennenlernen
Mit leichten und spielerischen Bewegungen – achtsam ausgeführt – erforschen Sie, wie Sie sich im Stehen, Gehen, Laufen und Sitzen bewegen. Sie entdecken, welche Ihrer Gewohnheiten zu Verspannungen und daraus resultierenden Beschwerden führen und erproben alternative Möglichkeiten, die Sie in den Alltag übernehmen können.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mitbringen.

GO 2539 G – Samstagsseminar – Grünwald
Ulrike Müller · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 16.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 17.9.2011 · € 27.– · 12 Plätze

Beweglich und entspannt mit der Feldenkrais-Methode
Ein Antistress-Programm für Vielsitzende
Rücken, Schultern, Nacken und Augen werden bei einseitigen und überwiegend sitzenden Tätigkeiten, z. B. am PC, einer Dauerbelastung ausgesetzt, auf die der Körper nicht vorbereitet ist.
Mit Hilfe der Feldenkrais-Methode können Sie an diesem Tag lernen, den Körper zu entspannen, überflüssige Anstrengungen zu vermeiden und so den Alltag besser zu bewältigen.
Bitte bequeme Kleidung, Socken und eine Gymnastikmatte mitbringen!

GO 2553 – Sonntagsseminar – Giesing
Elfina Namoda · Volkshochschule · Severinstr. 6 · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 31.7.2011 · € 32.– · 12 Plätze

Ohne Angst unterwegs – so verteidigen Sie sich richtig
Selbstverteidigung zum Kennenlernen für Frauen
Allein unterwegs im Dunkeln, jemand folgt Ihnen, das Herz klopft bis zum Hals. Was hilft Ihnen dabei, sich besser und sicherer zu fühlen? Wie können Sie einen direkten Angriff abwehren? Sie erlernen einfache Basistechniken zur Selbstverteidigung. Es geht darum, kritische Situationen richtig einzuschätzen und schnell zu reagieren – auch wenn Sie eigene Grenzen überwinden müssen, um sich selbst zu schützen. Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

GS 2581 – Wochenendseminar – Sendling
Josefine Gamperling · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · (mit einer Stunde Pause) · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 23./24.7.2011 · € 41.– · 14 Plätze

Taekwondo
Taekwondo ist die traditionelle koreanische Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Intensive Dehn- und Kräftigungsgymnastik schult den gesamten Körper und trägt zur Gesunderhaltung bei. Die zahlreichen Übungen mit und ohne Partner fördern Konzentration, Selbstvertrauen, Kondition und Selbstdisziplin. Neben dem Üben von Grundtechniken werden festgelegte Abläufe von Angriffs- und Verteidigungstechniken erlernt mit dem Ziel der Hinführung zum Freikampf, der ohne Körperkontakt ausgeführt wird.
Taekwondoanzug ist nicht erforderlich, Turnkleidung genügt. Alle Kurse sind für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet, wenn nicht anders ausgewiesen.

GM 2619 – Innenstadt
Bernhard Schuberth · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 8 x sa 10.00 bis 11.30 Uhr · 30.7. bis 17.9.2011 · € 49.– · 14 Plätze

Taekwondo – Sommer-Training im Stadtbereich Nord
Sie erhalten die Möglichkeit bis zum Beginn des nächsten Semesters weiterzuüben. Das Training ist auch für Anfänger/innen geeignet, die einmal Taekwondo ausprobieren wollen und sich dann für einen Kurs entscheiden können. Sie zahlen vor Ort jeweils nur für den Abend, an dem Sie teilnehmen.

GN 2643 E – Offenes Programm – Am Hart
Peter Fenzl · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 8 x mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 25.7. bis 19.9.2011 · 8 x mi 19.00 bis 20.30 Uhr · 3.8. bis 21.9.2011 · € 6.– je Kursabend · 17 Plätze · ♿

Foto: © Heike Sehm-Baudewig

Wirbelsäulengymnastik
Rücken- und Nackenschmerzen sind häufig Folgen von ungünstigen Bewegungsgewohnheiten, Verkrampfungen und Haltungsfehlern. Sie lernen durch gezielte Übungen, eine ausgewogene Haltung zu gewinnen, Ihre Wirbelsäule vor Versteifung und einseitiger Abnützung zu bewahren sowie Ihre Rückenmuskulatur zu kräftigen, um vor allem Erkrankungen vorzubeugen. Außerdem soll verhindert werden, dass sich Abnutzungserscheinungen der Bandscheiben verschlimmern. Bei akuten Beschwerden wird empfohlen, ärztlichen Rat einzuholen.
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

GG 3003 E – Offenes Programm – Innenstadt
Claudia Brockmann · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 6 x mo 16.15 bis 17.15 Uhr · 1.8. bis 12.9.2011 · Keine Anmeldung · € 5.– je Veranstaltung nur am Automaten im 1. Stock vor der Infothek · 17 Plätze

GM 3015 – Innenstadt
Claudia Brockmann · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mo 18.15 bis 19.15 Uhr · 1.8. bis 12.9.2011 · € 29.– · 14 Plätze

GN 3033 – Am Hart
Elfriede Roemer · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 4 x do 17.30 bis 18.30 Uhr · 4.8. bis 25.8.2011 · € 19.– · 12 Plätze · ♿

Sanfte Fitness für den Rücken
Möchten Sie Ihre Muskelkraft und Bewegungskoordination durch funktionelle Übungen und individuelle Ausführungsvarianten steigern? Das vielseitige und abwechslungsreiche Training mit Kleingeräten und Pezziball dient auch der Verbesserung der Körperwahrnehmung. Jede Stunde schließt mit Entspannungsübungen ab.

GW 3103 – Laim
Gudrun Hauerwaas · Volkshochschule · Fürstenrieder Str. 53 · 4 x do 16.00 bis 17.00 Uhr · 8.9. bis 29.9.2011 · € 22.– · 10 Plätze

Ausgleichsgymnastik
Ziel dieser Kurse ist es, einen Ausgleich zu einseitiger oder mangelnder Bewegung zu schaffen, die Herz-Kreislauf-Tätigkeit anzuregen und Freude an der Bewegung mit Musik zu vermitteln. Durch systematische Bewegungsschulung werden alle Muskelgruppen und das Bindegewebe gekräftigt und damit die Körperformen verbessert. Bewegungsgefühl, Entspannungsfähigkeit und Alltagsbelastbarkeit verbessern sich spürbar.
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

GS 3175 – Hadern
Sabine Sickinger-Menzel · Volkshochschule · Guardinistr. 90 · 4 x mi 9.00 bis 10.30 Uhr · 7.9. bis 28.9.2011 · € 23.– · 14 Plätze

Stretching und Yoga
Den Schwerpunkt dieser Stunden bilden sanfte dynamische und statische Dehnübungen mit besonderer Achtung auf die Atmung. Durchblutung und Körperhaltung verbessern sich, Rückenschmerzen kann entgegen gewirkt und wohlige Entspannung erreicht werden.
Tipps für den Alltag und zu Hause runden das Programm ab.

GM 3211 – Innenstadt
Claudia Brockmann · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mo 19.15 bis 20.15 Uhr · 1.8. bis 12.9.2011 · € 28.– · 14 Plätze

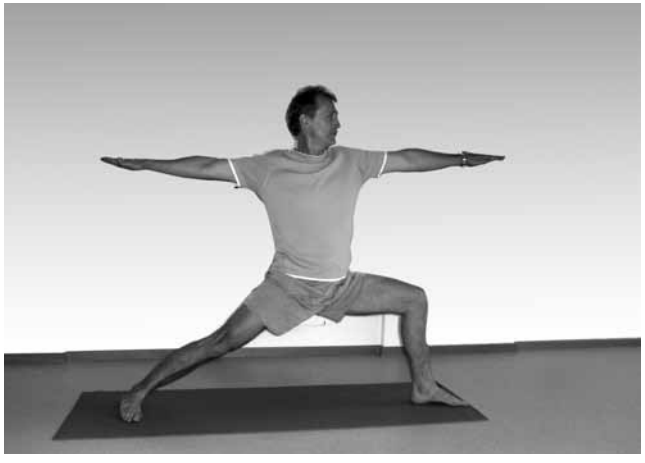

Foto: © Heike Sehm-Baudewig

Pilates
Benannt nach seinem Begründer Joseph Pilates, sorgt dieses ganzheitliche Körpertraining für eine Kräftigung der tiefer liegenden Muskelgruppen. Mit einfachen, kontrollierten Bewegungen straffen Sie den gesamten Körper und bringen ihn in Form. Sie verbessern Ihre Koordination und entwickeln ein Körperbewusstsein, das bei alltäglichen Bewegungen für eine gute Körperhaltung und für mehr Ausstrahlung sorgt. Die Übungen lassen sich nach Kenntnisstand variieren und aufbauen.
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene, wenn nicht anders ausgewiesen.

GG 3217 – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 6 x fr 18.00 bis 19.00 Uhr · 29.7. bis 2.9.2011 · € 24.– · 17 Plätze

GG 3219 – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 6 x fr 19.00 bis 20.00 Uhr · 29.7. bis 2.9.2011 · € 24.– · 17 Plätze

GM 3235 – Innenstadt
Stephanie Weiß · Für Anfänger/innen · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x do 18.00 bis 19.15 Uhr · 4.8. bis 25.8.2011 · € 20.– · 14 Plätze

GM 3237 – Innenstadt
Stephanie Weiß · Für Anfänger/innen · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x do 19.15 bis 20.30 Uhr · 4.8. bis 25.8.2011 · € 20.– · 14 Plätze

GM 3239 – Innenstadt
Barbara Schmid · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x do 18.00 bis 19.15 Uhr · 8.9. bis 29.9.2011 · € 20.– · 14 Plätze

GM 3241 – Innenstadt
Barbara Schmid · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x do 19.15 bis 20.30 Uhr · 8.9. bis 29.9.2011 · € 20.– · 14 Plätze

GN 3251 – Am Hart
Michael Kaiser · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 3 x di 18.00 bis 19.30 Uhr · 6.9. bis 20.9.2011 · € 18.– · 14 Plätze · ♿

GN 3253 – Am Hart
Michael Kaiser · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 3 x di 19.30 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 20.9.2011 · € 18.– · 14 Plätze · ♿

GW 3307 – Kompaktkurs – Laim
Angela Plagé · Volkshochschule · Fürstenrieder Str. 53 · 2 x di/do 18.00 bis 19.00 Uhr · 26.7. bis 4.8.2011 · € 16.– · 17 Plätze

GM 3325 – Samstagsseminar – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · sa 11.00 bis 15.15 Uhr (mit 15 Minuten Pause) · 16.7.2011 · € 21.– · 14 Plätze

GO 3327 – Messestadt Riem
Katharina Höfels-Neumayr · Alten- und Service-Zentrum Riem · Platz der Menschenrechte 10 · 6 x di 18.00 bis 19.00 Uhr · 26.7. bis 30.8.2011 · € 25.– · 12 Plätze

GO 3328 – Messestadt Riem
Katharina Höfels-Neumayr · Alten- und Service-Zentrum Riem · Platz der Menschenrechte 10 · 6 x di 19.00 bis 20.00 Uhr · 26.7. bis 30.8.2011 (auch am 2.8., 9.8., 16.8., 23.8.) · € 25.– · 12 Plätze

Pilates
Sommer-Training im Stadtbereich Nord
In diesem Training erhalten Sie die Möglichkeit, weiterzuüben oder den Sommer zu nutzen, um Pilates auszuprobieren und sich dann für einen Kurs entscheiden können.
Sie zahlen vor Ort jeweils nur für den Abend, an dem Sie teilnehmen.

GN 3329 E – Offenes Programm – Am Hart
Sonja Voracek · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 8 x do 19.00 bis 20.00 Uhr · 4.8. bis 22.9.2011 · € 6.– je Kursabend · 17 Plätze · ♿

GN 3331 E – Offenes Programm – Am Hart
Sonja Voracek · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 8 x do 20.00 bis 21.00 Uhr · 4.8. bis 22.9.2011 · € 6.– je Kursabend · 17 Plätze · ♿

Fit ins Wochenende
Ein Bewegungsprogramm für einen guten Start ins Wochenende!
Mit einem ganzheitlichen Workout, mit Elementen aus Pilates, Wirbelsäulengymnastik, aber auch Übungen zur Kräftigung aus Bodystyling und Bauch-Beine-Po schließen Sie die anstrengende Woche ab. Mit den abschließenden Stretching und Entspannungsübungen tanken Sie neue Energie für das Wochenende.

GM 3389 – Innenstadt
Karin Mayr · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x fr 18.00 bis 19.30 Uhr · 22.7. bis 26.8.2011 · € 36.– · 14 Plätze

Fit-Mix
Mit effektiven Ganzkörperbewegungen als Herz-Kreislauf-Training kombiniert mit einem Kraft-Ausdauerteil zu heißen motivierenden Rhythmen kommen Sie garantiert ins Schwitzen! Sie arbeiten mit Hanteln und Tubes. Stretching- und Entspannungsübungen beenden die Kursstunde. Bitte unbedingt Getränk und feste Turnschuhe mitbringen.

GO 3401 G – Grünwald
Gertraud Bock · Grünwalder Freizeitpark GmbH · Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35 c · 5 x mi 19.00 bis 20.30 Uhr · 24.8. bis 21.9.2011 · € 28.– · 17 Plätze

Workout – ein rückengerechtes Ganzkörpertraining
Ein Gymnastiktraining, bei dem alle Muskelgruppen – speziell Bauch, Beine, Rücken und Gesäß – trainiert werden. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf einer intensiven Kräftigung und Straffung dieser Muskelbereiche. Eine Herz-Kreislauf-Aufwärmphase dient der allgemeinen Konditionsverbesserung. Stretching- und Entspannungsübungen schließen das Programm ab.

GM 3411 – Innenstadt
Monika Brabec · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 5 x di 18.00 bis 19.15 Uhr · 19.7. bis 16.8.2011 · € 25.– · 14 Plätze

GM 3417 – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Mit Pilates-Elementen · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mi 18.00 bis 19.00 Uhr · 27.7. bis 31.8.2011 · € 29.– · 14 Plätze

GM 3419 – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Mit Pilates-Elementen · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mi 19.00 bis 20.00 Uhr · 27.7. bis 31.8.2011 · € 29.– · 14 Plätze

Bodystyling
Wollen Sie etwas für Ihre Figur tun?
Die Proportionen verändern und den Körper straffen? Nach einer Aufwärmphase trainieren Sie mit gezielten Übungen wirbelsäulengerecht, gelenkschonend und effizient alle Muskelgruppen. Gleichzeitig stärken Sie Ihren Rücken und verbessern Ihre Haltung. Der intensiven Körperwahrnehmung wird besondere Beachtung geschenkt. Dehn- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

GG 3477 – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 6 x fr 20.00 bis 21.00 Uhr · 29.7. bis 2.9.2011 · € 23.– · 17 Plätze

Bodystyling – Sommer-Training im Stadtbereich Nord
Hier erhalten Sie die Möglichkeit, im Sommer weiterzuüben. Das Training ist aber auch für Anfänger/innen geeignet, die einmal diese Gymnastikform ausprobieren wollen und sich dann für einen Kurs entscheiden können.
Sie zahlen vor Ort jeweils nur für den Abend, an dem Sie teilnehmen.

GN 3503 E – Offenes Programm – Am Hart
Sonja Voracek · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 8 x do 18.00 bis 19.00 Uhr · 4.8. bis 22.9.2011 · € 6.– je Kursabend · 17 Plätze · ♿

Bauch-Beine-Po-Training
Das anspruchsvolle Ganzkörperprogramm trainiert mit gezielten Kräftigungsübungen die gewissen Problemzonen, an denen sich gern Pölsterchen ansetzen, also Bauch, Gesäß und Beine. Daher eignet sich dieses Übungspaket besonders auch zur Unterstützung von Gewichtsreduktionskuren und wendet sich an alle, die an der Erhaltung und Wiedergewinnung einer guten Figur interessiert sind.
Das Mitbringen eines Getränkes wird empfohlen.
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

GO 3544 – Messestadt Riem
Katharina Höfels-Neumayr · Alten- und Service-Zentrum Riem · Platz der Menschenrechte 10 · 6 x di 20.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 30.8.2011 · € 25.– · 10 Plätze

Ein straffer Bauch in kürzester Zeit – geht das?
Ein straffer Bauch in kurzer Zeit ist durch ausdauerndes Training mit gezielten effektiven Übungen und begleitendem Ausdauertraining ein durchaus realistisches Ziel. Kraft und Dehnfähigkeit werden anfangs getestet und zeigen somit für jede Einzelne an, welche Muskulatur gezielt trainiert werden sollte. Leicht zu erlernende Bauch- und ausgleichende Rückenübungen werden erlernt und ausgiebig trainiert. Viele hilfreiche (Hintergrund-)Informationen und Tipps für den Alltag rund um das Thema gesunde Ernährung sowie Fatburner-Rezepte sind wesentliche Inhalte des Kurses. Entspannungsübungen runden die Kursstunden ab und sorgen für eine angenehme, stressfreie Atmosphäre.
Bitte Turnschuhe, Handtuch und Decke mitbringen.

GM 3567 – Innenstadt
Sandra Kelke · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · mo bis do 17.30 bis 20.00 Uhr · 25.7. bis 28.7.2011 · € 44.– · 14 Plätze

Walken
Walking – schnelles Gehen mit Armeinsatz – ist eine gelenkschonende Art des Ausdauertrainings, welches 60 Prozent der Muskeln zum Einsatz bringt und die Fettverbrennung ankurbelt. Die Trainingseinheiten ohne Stöcke sind für jedes Alter geeignet.
Bitte beachten: Bei schlechtem Wetter gelten die Vereinbarungen mit der Dozentin.
Bitte mitbringen: gutes Schuhwerk, bequeme Kleidung.

GG 3651 – In den Isarauen – Innenstadt
Katharina Höfels-Neumayr · Gasteig, Rosenheimer Str. 5 · 7 x mo 18.00 bis 19.00 Uhr · 11.7. bis 29.8.2011 · € 29.– · 12 Plätze

GO 3652 – Im Riemer Park – Messestadt Riem
Katharina Höfels-Neumayr · Treffpunkt: vor dem ASZ Riem · Platz der Menschenrechte 10 · 6 x do 18.00 bis 19.00 Uhr · 14.7. bis 18.8.2011 · € 25.– · 12 Plätze

Mit Nordic Walking „fortlaufend" gesund
Lassen Sie sich von der Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten, die Nordic Walking bieten kann, überraschen. In diesem Seminar liegt neben dem Erlernen der Nordic-Walking-Technik der Schwerpunkt auf der Vermeidung von Haupttechnikfehlern. Damit lernen Sie, die gesundheitlichen Vorteile von Walking und Nordic Walking als Ausdauersportart mit wenig Aufwand richtig zu nützen.
Geeignet für Einsteiger/innen und Geübte. Es wird bei jedem Wetter gelaufen.
Bitte mitbringen: geeignete Nordic-Walking-Ausrüstung, Trinkflasche und evtl. Brotzeit.

GN 3663 – Sonntagsseminar – Olympiapark
Astrid Fetz-Wenzel · Event-Arena Olympiapark · so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 21.8.2011 · Spezialstöcke nur nach vorheriger Reservierung unter (0179) 943 92 09 gegen € 3.– Gebühr ausleihbar. · € 29.– · 12 Plätze

Nordic Walking – Schritt für Schritt
Sie wollen die richtige Technik des Nordic Walking lernen und dann individuell laufen? Im Seminar erhalten Sie Informationen zu geeigneter Ausrüstung, lernen am Wochenende Schritt für Schritt die Technik und können am Korrekturtermin nochmals üben, vertiefen und fachgerechte individuelle Korrekturen erhalten.

GM 3669 – Innenstadt
Marion Franzen · Treffpunkt: Prof. Huber Platz/Unibrunnen · sa/so 10.00 bis 12.30 Uhr · 9./10.7.2011 · Korrekturtermin: sa 10.00 bis 11.00 Uhr · 30.07.2011 · € 32.– · Spezialstöcke ausleihbar · 12 Plätze

Mit Nordic Walking abnehmen – aber richtig
Wanderung in der Erdinger Umgebung
Möchten Sie Nordic Walking kennenlernen? Oder kennen Sie bereits die Grundtechniken und möchten etwas dazulernen? Begleitet von einer erfahrenen und geprüften Trainerin für Prävention und Nordic Walking werden Sie zu Grundtechnik und Technikverbesserung angeleitet und erleben bei der Wanderung die Umgebung und deren Sehenswürdigkeiten, ergänzt mit kulturhistorischen und geografischen Erklärungen. Die Erdinger Umgebung bietet mit dem Erdinger Moos, dem tertiären Hügelland, dem eiszeitlichen Moränengebiet und kunsthistorischen Gebäuden weit mehr. Neben den Informationen für den Aufbau Ihrer Fitness erhalten Sie Tipps, wie man dabei abnehmen kann.
Höhendifferenz ca. 100 m.
Ausrüstung: Trekking- oder Nordic Walking Schuhe, wetterfeste Kleidung, Brotzeit, ausreichend zu trinken, Sonnenschutz, Leihstöcke für € 3.–.
Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt, reine Gehzeit ca. drei Stunden, Möglichkeit zur Einkehr.
Bildung von Fahrgemeinschaften möglich. Telefonische Nachfragen und Mitfahrgelegenheit bei der Kursleiterin, Telefon (01 79) 9 43 92 09

GM 3671
Astrid Fetz-Wenzel · Treffpunkt 9.30 Uhr: S-Bahnstation St.Koloman, S2 Richtung Erding · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 24.7.2011 · Leihstöcke für € 3.– · € 32.– · 12 Plätze

Nordic Walking & Qigong
Wanderung im Wendelsteingebiet
Möchten Sie Nordic Walking kennenlernen? Oder kennen Sie bereits die Grundtechniken und möchten etwas dazulernen? Begleitet von einer erfahrenen und geprüften Trainerin für Prävention und Nordic Walking werden Sie zu Grundtechnik und Technikverbesserung angeleitet und erleben bei der Wanderung die Umgebung und deren Sehenswürdigkeiten, ergänzt mit kulturhistorischen und geografischen Erklärungen. Gewandert wird zur kleinen Klosteranlage in Birkenstein. Die Wallfahrtskirche dieser Anlage ist für ihre überaus reiche Innenausstattung im üppigen bayerischen Rokoko bekannt. Von Birkenstein aus führt der Weg durch das schöne Wendelsteingebiet. Die Umgebung ist ideal für Qigong-Übungen und für alle, die Ruhe und Natur suchen.
Höhendifferenz ca. 200 m.
Ausrüstung: Trekking- oder Nordic-Walking-Schuhe, wetterfeste Kleidung, Brotzeit, ausreichend zu trinken, Sonnenschutz.
Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt, reine Gehzeit ca. drei Stunden, Möglichkeit zur Einkehr.
Bildung von Fahrgemeinschaften möglich. Telefonische Nachfragen und Mitfahrgelegenheit bei der Kursleiterin, Telefon (01 79) 9 43 92 09

GM 3673
Astrid Fetz-Wenzel · Treffpunkt: 9.30 Uhr BOB-Bahn, Haltestelle Fischbachau · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 4.9.2011 · € 32.– · Leihstöcke für € 3.– · 12 Plätze

Gesundheit aktiv für Senior(inn)en

Gesundheit betrifft den ganzen Menschen, und so ist der Wunsch, gesund älter zu werden, verbunden mit der Hoffnung, die persönliche Lebensqualität zu erhalten, sie vielleicht steigern oder verbessern zu können. Dazu bietet Ihnen unser Programm neben gewohnten und beliebten Kursen auch neue Themen und Angebotsformen, die aus ganzheitlicher Sicht so wohltuend und notwendig sind, wie fit zu sein und zu bleiben.

Taijiquan
Taijiquan ist ein traditionelles chinesisches Übungssystem, das langsam und mit wenig Krafteinsatz ausgeführt wird. Es soll die Möglichkeiten körperlichen Wohlbefindens erhalten und erhöhen sowie physische und psychische Spannungen lösen. Der Körper wird beweglicher in allen Gelenken, Muskeln, Bändern und Sehnen. Die Körperhaltung und -wahrnehmung verbessert sich grundlegend, die Atmung vertieft sich, der Geist wird konzentrierter und klarer.
Unsere Kurse sind in zwei Stufen gegliedert: Grundstufe (für Anfänger/innen und leicht Fortgeschrittene) und Aufbaustufe (für Fortgeschrittene).

Taijiquan – Grundstufe
Erlernen der Grundbegriffe und erste Bewegungsmuster des Taijiquan.
Für Teilnehmende ohne und mit geringen Vorkenntnissen.

GM 4555 – Innenstadt
Hyang-Kyu Song · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · mo bis do 9.30 bis 11.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 25.– · Keine Ermäßigung · 13 Plätze

Taijiquan – Aufbaustufe
Vertiefung und Erweiterung der Grundbegriffe und Bewegungsmuster. Voraussetzung: Taijiquan Grundstufe oder entsprechende Vorkenntnisse.

GM 4563 – Innenstadt
Hyang-Kyu Song · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · mo bis do 11.15 bis 12.45 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 25.– · Keine Ermäßigung · 13 Plätze

Qigong
Seit mehr als 2000 Jahren werden in China einfache und sehr wirkungsvolle Atem- und Bewegungsübungen zur Pflege der Lebensenergie (Qi) praktiziert. Sie sind harmonisierend und heilend für Körper, Geist und Seele. Spannungen werden abgebaut, das Körperbewusstsein gefördert. Eine natürliche Kräftigung und Pflege der Muskeln und Gelenke schafft größere Elastizität und fördert das Wohlbefinden. Die sanften, fließenden Bewegungsformen sind leicht erlernbar und können sowohl im Sitzen als auch im Stehen ausgeführt werden.
Unsere Kurse sind in drei Bereiche gegliedert: Grundstufe (für Anfänger/innen und leicht Fortgeschrittene), Aufbaustufe (für Fortgeschrittene) sowie Spezialthemen (Qigong-Kurse mit besonderer thematischer Ausrichtung).

Qigong – Grundstufe
Grundbegriffe und die Grundhaltungen. Ausgewählte Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen. Für Teilnehmende ohne und mit geringen Vorkenntnissen.

GM 4575 – Innenstadt
Anita Schlichting · Für Senior(inn)en · Anfänger/innen ohne und mit Vorkenntnisse/n · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x di 10.00 bis 11.00 Uhr · 2.8. bis 23.8.2011 · € 14.– · 13 Plätze

Qigong – Aufbaustufe
Vertiefung und Erweiterung der Grundbegriffe und Bewegungsmuster. Voraussetzung: Qigong Grundstufe oder entsprechende Vorkenntnisse.

GN 4601 – Schwabing
Gabriele Gaida · Für Senior(inn)en · Fortgeschrittene · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 3 x fr 12.00 bis 13.30 Uhr · 16.9. bis 30.9.2011 · € 20.– · 13 Plätze

Qigong für den Rücken
Spezielle Rücken-Übungen zeigen Fehlhaltungen auf, lockern den Schulter- und Nackenbereich, stärken die Rückenmuskulatur, lösen Verspannungen und Verhärtungen und fördern die Elastizität der Wirbelsäule.

GN 4607 – Schwabing
Andrea Stockinger · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 4 x do 14.45 bis 15.45 Uhr · 8.9. bis 29.9.2011 · € 17.– · 13 Plätze

Qigong: Sommerzeit – Wohlfühlzeit
Gönnen Sie sich eine Wohlfühlwoche mit Taiji-Qigong-Übungen, Akupressur, Massagen und der chinesischen Fünf-Elemente-Lehre. Bei schönem Wetter auch im schattigen Garten in der Werinherstraße.
Dieser Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

GO 4615 – Giesing
Beate Schult · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Severinstr. 6 · mo bis fr 10.00 bis 11.30 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 35.– · Keine Ermäßigung · 13 Plätze

Feldenkrais-Methode
Feldenkrais-Übungen bestehen aus stufenweise aufgebauten Bewegungsabläufen, die auf die Anatomie und Körperdynamik abgestimmt sind. Der Schwerpunkt beim Üben liegt im aufmerksamen Wahrnehmen des Prozesses und nicht in der Bewegung als Leistung. Sie werden überrascht sein, wie viel müheloser Sie sich bewegen und Einschränkungen überwinden können. Mit mehr Bewusstheit über das eigene Tun entsteht neue Beweglichkeit wie von selbst.
Bitte bequeme Kleidung anziehen und entsprechende Schuhe mitbringen.

Feldenkrais-Methode – Grundstufe
Erlernen Sie Grundlagen der Feldenkrais-Methode. Bitte bequeme Kleidung anziehen und entsprechende Schuhe mitbringen.

GS 4633 – Samstagsseminar – Sendling
Gabriele Blasy · Für Senior(inn)en · Anfänger/innen ohne und mit Vorkenntnisse/n · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr (mit einer Stunde Pause) · 30.7.2011 · € 25.– · Keine Ermäßigung · 13 Plätze

Wirbelsäulengymnastik
Rücken- und Nackenschmerzen sind häufig Folgen von ungünstigen Bewegungsgewohnheiten, Verkrampfungen und Haltungsfehlern. Sie lernen, sich bewusster zu bewegen und überflüssige Anstrengungen zu vermeiden. Durch gezielte Übungen aus der Rückenschule gewinnen Sie eine ausgewogene Haltung, die vor Versteifung und einseitiger Abnützung der Wirbelsäule bewahrt.
Übungsablauf: Aufwärmen und Mobilisieren, Kräftigen und Dehnen der Schulter-, Rücken- und Bauchmuskulatur unterstützt durch Stuhl oder Sitzball, Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen am Boden, zum Teil mit Theraband, kleinen Bällen, Stab oder Seil.

GN 4661 – Schwabing
Monika Salm · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 3 x fr 10.00 bis 11.30 Uhr · 15.7. bis 29.7.2011 · € 20.– · 13 Plätze

Wirbelsäulen- und Beckenbodengymnastik
Rückenschmerzen und Beschwerden wie Blasenschwäche werden häufig durch ein steifes Becken verursacht. Gezielte Übungen, die das Becken und die Wirbelsäule unterschiedlich ansprechen und in Bewegung bringen, stärken, dehnen und entspannen die Muskulatur des Rückens und des Beckenbodens.

GS 4673 – Hadern
N.N. · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Guardinistr. 90 · 5 x fr 13.45 bis 14.45 Uhr · 1.7. bis 29.7.2011 · € 30.– · 13 Plätze

Beckenbodengymnastik und Progressive Muskelentspannung
Die Muskulatur des Beckenbodens beeinflusst wichtige Körperfunktionen. Ihr Zustand hat Auswirkungen auf das urogenitale System, dazu gehören die Nieren, Blase, Dickdarm und Geschlechtsorgane. Von einer guten Durchblutung hängt es ab, wie funktionstüchtig die Organe sind. Die Progressive Muskelentspannung ist eine effektive Methode, um auch die Muskulatur des Beckenbodens nachhaltig zu stärken. Einfach erlernbare Übungen, hauptsächlich Bodenübungen, verbunden mit leiser, ruhiger Musik, ermöglichen eine angenehme Lernsituation.

GN 4677 – Schwabing
Petra Finsterle-Häbler · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 3 x mi 10.00 bis 11.00 Uhr · 14.9. bis 28.9.2011 · € 13.– · 13 Plätze

Pilates
Joseph Pilates entwickelte in den 1920er Jahren ein schonendes Ganzkörpertraining zur Kräftigung der tiefer liegenden Muskelgruppen. Die sanften, kontrollierten und harmonischen Bewegungsabläufe werden im Einklang mit Atmung und Eigenwahrnehmung ausgeführt. Eine gleichmäßige Dehnung und Kräftigung aller Muskelpartien fördert die aufrechte Haltung, formt und strafft den Körper, löst Verspannungen und beugt gleichzeitig Rückenschmerzen vor.

GN 4689 – Schwabing
Monika Salm · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 3 x mo 13.00 bis 14.00 Uhr · 12.9. bis 26.9.2011 · € 13.– · 13 Plätze

Ausgleichsgymnastik
Wohltuende Bewegungs-, Dehn- und Lockerungsübungen rundum, speziell auch für Rücken und Gelenke, zur Haltungskorrektur allgemein sowie zur Stärkung von Kreislauf und Muskelkraft: ein Programm, das Spaß bringt, fit macht, altersbedingten Einschränkungen und schmerzhaften Verspannungen vorzubeugen hilft – mit und ohne Musik, abwechselnd in der Bewegung, am Boden und auf dem Hocker.

GM 4701 – Innenstadt
Christiane Kiranoglu · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 4 x mo 10.00 bis 11.30 Uhr · 1.8. bis 29.8.2011 · € 25.– · Keine Ermäßigung · 16 Plätze

GS 4707 – Hadern
Sabine Sickinger-Menzel · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Guardinistr. 90 · 4 x mi 10.30 bis 11.30 Uhr · 7.9. bis 28.9.2011 · € 17.– · 16 Plätze

Foto: © Heike Sehm-Baudewig

ÖBZ – Ökologisches Bildungszentrum

Die hygienische Lüftung eines Gebäudes: Mit oder ohne Lüftungsanlage?
Neuartige Baustoffe sowie die aktuellen Anforderungen an Energieeinsparung und Klimaschutz verdichten die Hülle von Gebäuden so stark, dass in Fach- und Verbraucherkreisen die Luftqualität der Wohnräume unter dem Gesichtspunkt der Wohngesundheit in den Blickpunkt gerückt ist. Bereits 1853 hatte der Münchner Hygieniker Max von Pettenkofer wissenschaftlich fundiert einen Richtwert für den Kohlendixidgehalt in der Innenraumluft festgelegt der immer noch gültig ist. Im Vortrag wird die Bereitstellung einer gesunden und hygienischen Raumluft mit zentralen oder dezentralen, mechanischen Lüftungsanlagen vorgestellt. Dabei werden grundsätzliche Zusammenhänge zwischen Bauphysik, Wohngesundheit, Lüftungstechnik sowie Wartungsanforderungen an die Wohnraumlüftung aufgezeigt.

GZ 8209 – Vortrag – Bogenhausen
Robert Priller · Kooperation mit dem Bauzentrum München · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mi 19.00 bis 21.00 Uhr · 13.7.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erbeten · 25 Plätze

Infostand des ÖBZ auf dem Ökologischen Hoffest Riem
Das ÖBZ mit seinen Kooperationspartnern Münchner Volkshochschule und Münchner Umweltzentrum stellt seine Arbeit und das aktuelle Programm an einem Infostand auf dem Ökologischen Hoffest vor, begleitet von Aktionen für Kinder und Erwachsene. Das ÖBZ-Team freut sich auf Ihren Besuch!

GZ 8137 – Erlebnistag – Riem
Dr. Ulrike Wagner, Martin Ehrlinger · Kooperation mit dem Münchner Umwelt-Zentrum · Städtisches Hofgut Riem · Isarlandstr. 1 · so 11.00 bis 18.00 Uhr · 18.9.2011 · Anmeldung nicht erforderlich · 100 Plätze · ♿

Blühende Landschaften? In der Stadt!
Bienen, Hummeln, Schmetterlinge und Co. sind unersetzlich. Als Blütenbestäuber sorgen sie für die Vielfalt von Pflanzen und Tieren. Doch wo finden diese Insekten heute noch ihre Nahrung? Auf Feldern und Wiesen, öffentlichen Flächen und in Gärten blüht es immer weniger. Wir ändern das. Helfen Sie mit! Unsere Kulturlandschaft soll wieder blühen – auch für uns Menschen! Im Jahr der Artenvielfalt 2010 hat sich die Regionalgruppe Haar für das Netzwerk Blühende Landschaft gegründet. Nach nun fast 1 ½ Jahren leidenschaftlichen Einsatzes stellt sie Ihnen vor, was sie alles erreicht hat. Auch Sie können aktiv werden und Ihr Umfeld verändern! Lassen Sie sich anstecken!

GZ 8127 E – Vortrag – Bogenhausen
Barbara Stark und weitere Mitglieder der Regionalgruppe Haar · Kooperation mit dem Münchner Umwelt-Zentrum und dem Netzwerk Blühende Landschaft e. V. · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 15.00 bis 16.00 Uhr · 25.9.2011 · € 3.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 25 Plätze · ♿

Foto: © mocy

Reihe Kulturpflanzenvielfalt:
Die Welt der Bohnen – Bohnen der Welt
Bohnen sind in vielen Kulturen ein wichtiges Grundnahrungsmittel. In den meisten Ländern gibt es verschiedene Geschichten, Bräuche und Spiele mit Hülsenfrüchten.
Im Experimentiergarten am ÖBZ wurde dieses Jahr ein Bohnenschaubeet mit verschiedenen Arten und Sorten angelegt. Vor Ort informieren wir über: Herkunft und Anbau verschiedener Hülsenfrüchte, Krankheiten und Schädlinge bei Bohnen, Saatgutgewinnung und Lagerung, Bedrohung der Sortenvielfalt und Entwicklung eigener angepasster Sorten, Zubereitungsmethoden und Rezepte. Anschließend gibt es eine Bohnenverkostung, Spiele mit Bohnen und eine Märchenlesung.

GZ 8417 E – Sonntags-Workshop – Bogenhausen
Mara Müller, Konrad Bucher · Kooperation mit dem Münchner Umwelt-Zentrum · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · so 15.00 bis 18.00 Uhr · 25.9.2011 · € 9.50 · Bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 12 Plätze · ♿

Barrierefrei leben:
Bei jeder Sanierungsmaßnahme daran denken!
Barrierefreies Bauen erlaubt nicht nur Menschen mit körperlichen Einschränkungen eine selbstständige Lebensführung: barrierefreies Bauen ist für uns alle von Vorteil! Für Eltern mit Kinderwagen, die dann keine Stufen mehr überwinden müssen, für ältere Menschen, die sich so länger sicher in der eigenen Wohnung bewegen können, und auch für Lieferanten, die so ihre Sackkarre ungehindert ins Haus schieben. Wir alle profitieren also von dieser Art zu bauen! So sollten bei jeder baulichen Maßnahme, ob Neubau oder Sanierung, die Kriterien der barrierefreien Bauweise in die Überlegungen mit einbezogen werden.
Der anschauliche Vortrag erläutert die Grundregeln barrierefreien Bauens; im Anschluss gibt es Raum für eine Diskussion und Ihre Fragen zum Thema.

GZ 8210 – Vortrag – Bogenhausen
Michael Klingseisen, Diplom-Ingenieur · Kooperation mit dem Bauzentrum München · Ökologisches Bildungszentrum · Englschalkinger Str. 166 · mi 19.00 bis 21.00 Uhr · 28.9.2011 · Gebührenfrei · Anmeldung erbeten · 25 Plätze · ♿

Sommer international

Neuhauser Sprachensommer

Für fünf Wochen – vom 25.7. bis 26.8.2011 – verwandelt sich der Neuhauser Trafo in ein sommerliches Sprachenhaus. Für jeweils eine Woche können Sie eintauchen in
Französisch (25.7.–29.7.2011)
Englisch (16.8.–19.8.2011)
Russisch (1.8.–5.8.2011)
Italienisch (22.8.–26.8.2011)
Español – Spanisch (8.8.–12.8.2011)
Noch dazu: Arabisch (1.8.–5.8.2011),
Chinesisch (1.8.–5.8.2011), Hindi (1.8.–5.8.2011) und Japanisch (1.8.–5.8.2011)

Ob Anfänger- oder Konversationsniveau: In den Sprachen Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch wird am ersten Kurstag nach einem Einstufungstest für jeden Kenntnisstand eine Kleingruppe zusammengestellt. In den Sprachen Arabisch, Chinesisch, Hindi, Japanisch und Russisch bieten wir Ihnen Kurse für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

Nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) findet am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 15.30 bis 17.00 Uhr ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturprogramm statt. Es erwarten Sie u. a. Führungen in der Anlage des nahe gelegenen Schloss Nymphenburg, Ausflüge in die Welt der französischen Chansons und der modernen russischen Musik, und amüsante Geschichten über interkulturelle Unterschiede und ihre Auswirkungen. Erfahren Sie Wissenswertes über Hindi und die indische Sprachenvielfalt. Lernen Sie Malta und seine abwechslungsreiche Geschichte kennen und beschäftigen Sie sich mit den USA, dem „Land of Plenty" und der Idee des Amerikanischen Traums. Für jeden Geschmack ist etwas im Programm – lassen Sie sich überraschen!

Alle Kurse in der Auflistung, die speziell im Neuhauser Trafo stattfinden, sind nachfolgend farblich gekennzeichnet.

Darüber hinaus
gibt es viele weitere Sommer-Sprachangebote.

Arabisch

Gesprächstraining Arabisch für Anfänger/innen
Im Anfängerkurs Arabisch Gesprächstraining von 1. bis 5.8.2011 werden Sie in einer Kleingruppe in das gesprochene Arabisch eingeführt und verzichten zumindest vorläufig auf das Erlernen der arabischen Schrift. Sie werden ein alltagstaugliches Arabisch erlernen, damit Sie z. B. als Tourist zurecht kommen. Im Herbst ist in Anschlusskursen weiterlernen möglich.
Nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) bieten wir Ihnen an drei Nachmittagen ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturangebot. Das Lernmaterial (Skript auf Lautschrift-Basis und CD-Rom, € 10.–) ist direkt beim Dozenten erhältlich.

Neuhauser Sprachensommer
KW 142 – Kompaktkurs/5 Tage
Dr. oec. Wilfried Baumgarten · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 269.– · 8 Plätze · ♿ · Nähere Informationen siehe linke Spalte.

Auch im folgenden Arabisch Anfängerkurs werden Sie in das gesprochene Arabisch eingeführt. Auf das Erlernen der arabischen Schrift wird (vorläufig) verzichtet.
Das Lernmaterial (Skript auf Lautschrift-Basis und CD-Rom, € 10.–) ist direkt beim Dozenten erhältlich.

KG 146 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Dr. oec. Wilfried Baumgarten · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di/do 18.30 bis 20.45 Uhr · 25.7. bis 11.8.2011 · € 115.– · 12 Plätze · ♿ ·

Anfängerkurs ab Lektion 1
Lehrbuch: Tawfik Borg, Modernes Hocharabisch, Band I, 4. Auflage 1998, ISBN 3-921598-26-5
Die Einführung in die arabische Schrift steht im Mittelpunkt dieses Kurses.

KM 144 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Sophie Rankl-Alami M.A. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x mo/mi/do 18.30 bis 20.45 Uhr · 25.7. bis 11.8.2011 · € 115.– · 12 Plätze

Chinesisch

In beiden Anfängerkursen werden Sie in Kleingruppen in die Sprache eingeführt. Im Kurs KW 290 von 1.8. bis 5.8. bieten wir Ihnen nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) an drei Nachmittagen ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturangebot.
Im Herbst ist in Anschlusskursen weiterlernen möglich.

Ab Lektion 1
Lehrbuch: Liao Liao, Hueber Verlag,
Kursbuch ISBN 978-3-19-005436-7 und
Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-025436-1

Neuhauser Sprachensommer
KW 290 – Kompaktkurs/5 Tage
Thekla Chabbi · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 269.– · 8 Plätze · ♿
Nähere Informationen auf Seite 212.

KW 295 – Intensivkurs/4 Wochen – Neuhausen
Monika Mey · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 4 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 18.8.2011 · € 141.– · 8 Plätze · ♿

Deutsch als Fremdsprache/ Deutsch als Zweitsprache

Es ist Sommer und der schönste Zeitpunkt, eine neue Sprache zu entdecken, Deutschkenntnisse aufzufrischen oder auszubauen. In München bieten wir zentral und in unmittelbarer Nähe zu öffentlichen Verkehrsmitteln ein umfangreiches Deutschprogramm auf allen Niveaustufen an. Die Münchner Volkshochschule lädt Sie auch 2011 wieder auf ein sprachliches Abenteuer in einer der schönsten Städte Deutschlands ein.

Vom 25. Juli bis 30. September findet das Deutschprogramm der Sommer-Volkshochschule statt. Das Programm umfasst die komplette Grund-, Mittel- und Aufbaustufe (A1 für Anfänger bis C2), Zusatzangebote, Prüfungstrainings und vieles Spannendes mehr.

Anmeldung und Beratung
Persönliche Anmeldung für alle Stufen im Gasteig
Beratung: Raum 3.143
Montag, Dienstag 9.00 bis 13.00 Uhr
Mittwoch, Donnerstag 14.00 bis 19.00 Uhr
Beratung am Samstag im Raum 3.144b
am 16.7. und 10.9. von 10.00 bis 13.00 Uhr

Einstufungstest für die Niveaustufen A1 bis B1 im Internet unter www.mvhs.de/deutsch

Einstufungstest für die Niveaustufen B1 bis C2+ im Multimedia-Lernstudio, Raum 3.144a
Montag 9.00 bis 11.00 Uhr (nicht am 1.8., 15.8. und 29.8.)
Donnerstag 15.00 bis 17.00 Uhr (nicht am 11.8. und 25.8.)
außerdem Samstag, 16.7. und 10.9. von 10.00 bis 12.00 Uhr
Gebühr: € 5.–
Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis oder Pass zum Einstufungstest mit.
Weitere Informationen: www.ondaf.de
Dauer: ca. 60 Minuten

Deutsch am Vormittag
Start am 25. Juli und 29. August
Montag bis Freitag von 9.00 bis 12.15 Uhr
5 Wochen
20 Unterrichtseinheiten pro Woche

Deutsch am Abend
Start am 25. Juli und 5. September
18.00 bis 21.00 Uhr
4 bis 6 Wochen
12 bis 20 Unterrichtseinheiten pro Woche

Pluspunkte am Nachmittag, Abend und Wochenende
Start im Juli, August und September

Deutsch für Jugendliche – Kurse im August
Start am 1. August
Montag bis Freitag
14.00 bis 17.15 Uhr
4 Wochen
20 Unterrichtseinheiten pro Woche

Deutsch-Prüfungen und Einbürgerungstest
auf den Niveaustufen A1, A2, B1, B2 und C1
telc-Zertifikat A1: 26. August und 30. September
Deutsch-Test für Zuwanderer (A2-B1):
3. September und 8. Oktober
Goethe-Zertifikat Deutsch B1: 5. September
Goethe-Zertifikat B2: 9. September
TestDaF: 10. September
Einbürgerungstest: 23. September

Anmeldeschluss für alle Prüfungen:
siehe www.mvhs.de/deutsch

Online-Kurse
Deutsch lernen im Englischen Garten oder am Starnberger See, um 6.00 Uhr früh oder Mitternacht ist mit den Online-Kursen der Münchner Volkshochschule ganz einfach möglich. Folgende Online-Module werden im Sommer angeboten:

Grammatiktraining (LG 6330 C)
Schreibtraining (LG 6390 C)
Prüfungstraining Zertifikat Deutsch B1 (LG 5280 C)
Prüfungstraining TestDaF (LG 5490 C)
Businesspraxis: Deutsch für den Beruf B2 (LG 6422 C)
Fachsprache Humanmedizin (LG 6470 C)

Weitere Informationen unter www.mvhs.de/deutsch oder www.mvhs-online.de.

Voranmeldung für Sommerkursler für Herbst/Winter 2010/2011
bis einschließlich Donnerstag, 1.9. im Gasteig, Rosenheimer Straße 5

Neuanmeldung für Herbst/Winter 2010/2011
ab Montag, 5. September

Integrationskurse des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge
Am 26.9. beginnen wieder Integrationskurse nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Diese umfassen 6 Kursmodule à 100 Unterrichtseinheiten Deutsch sowie 45 Unterrichtseinheiten Orientierungskurs. Im Anschluss daran kann die Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer" (A2–B1) abgelegt werden. Die Integrationskurse an der Münchner Volkshochschule umfassen die Stufen Grundstufe 1 (A1/1) bis Grundstufe 3/2 (B1/2) und finden am Vor- und Nachmittag bzw. am Abend statt. Daneben bieten wir zahlreiche Integrationskurse für spezielle Zielgruppen (z. B. Frauen, Jugendliche, Integrationskurse mit Alphabetisierung), die über 9 Kursmodule angeboten werden.
Weitere Informationen sowie das komplette Sommerprogramm: www.mvhs.de/deutsch

Wir sind immer für Sie da!

Wann?
Montag/Dienstag 9.00 bis 13.00 Uhr
Mittwoch/Donnerstag 14.00 bis 19.00 Uhr

Wo?
Rosenheimer Straße 5, S-Bahn Rosenheimer Platz

Wie?
Telefon (089) 48006-6169
E-Mail: daf@mvhs.de

Wir freuen uns auf Sie und den Sommer!

Englisch

Die Kurse in den Monaten Juli, August und September helfen Ihnen, die Zeit zwischen den Semestern abzukürzen und intensiv in die englische Sprache einzutauchen.

Neuhauser Sprachensommer
KW 2800
Iain Davidson/Anna-Blanka Nagy/Michelle Portelli/Sarita Simmons · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · di bis fr 9.30 bis 15.00 Uhr und di, mi, do 15.30 bis 17.00 Uhr · 16. bis 19.8.2011 · € 269.– · ♿ ·
Nähere Informationen auf Seite 212.

A1
Intensivkurse für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen
Voraussetzung: maximal ein bis zwei Jahre Englisch

KG 2812 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Evelyne Berkmüller-McEachin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿ Fortsetzungsmöglichkeit KG 2814

Fortsetzungskurs
Fortsetzung des Kurses KG 2812. Ein Einstieg in diesen Kurs ist bei entsprechenden Vorkenntnissen möglich.

KG 2814 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Evelyne Berkmüller-McEachin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 142.– · 14 Plätze · ♿

Auffrischung
Sie haben schon einmal ein bis zwei Jahre Englisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse gezielt auffrischen? Dieser Kurs hilft Ihnen dabei und bereitet Sie auf A2 vor.

KG 2818 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Yvonne Slama · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 2.9.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿

A2
Sie haben Ihre Englischkenntnisse (zwei bis drei Jahre Englisch) schon eine Zeit lang ruhen lassen? In diesen Intensivkursen mit Fortsetzungsmöglichkeit können Sie sie schnell aktivieren und die Stufe A2 in einem Sommer durchlaufen.

Lektion 1–7
Lehrbuch: Cutting Edge Elementary, Student's Book – German Edition (ISBN 978-0-582-84667-8), Pearson Longman Verlag. Bitte bringen Sie das Lehrbuch am ersten Unterrichtstag mit.

KG 2820 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Aparajita Koch · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿ · Fortsetzungsmöglichkeit K2822

Lektion 8–15
Lehrbuch: Cutting Edge Elementary, Student's Book – Germany Edition (ISBN 978-0-582-84667-8), Pearson Longman Verlag. Bitte bringen Sie das Lehrbuch am ersten Unterrichtstag mit.

KG 2822 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Aparajita Koch · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 142.– · 14 Plätze · ♿

Auffrischung
Wenn Sie vor längerer Zeit bereits zwei bis drei Jahre Englisch gelernt haben und diese Kenntnisse wieder aktivieren möchten, ist ein Auffrischungskurs das Richtige für Sie.

KG 2824 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Sharon Slager · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.30 bis 12.30 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿

Kurs zum halben Preis
Die Kursleiter/innen dieses Kurses nehmen an einem Ausbildungsprogramm für Englischlehrer/innen (The Certificate in Teaching English to Speakers of Other Languages/CELTA) teil. Teilnehmer/innen bezahlen bei Anmeldung nur die Hälfte des sonst üblichen Preises; bei bestätigter Anwesenheit von mindestens 90 Prozent wird außerdem die Hälfte der Kursgebühr erstattet. Lehrbücher werden Ihnen leihweise zur Verfügung gestellt. Lehrbuch: Inside Out Elementary, Student's Book, Macmillan/Hueber Verlag

KG 2826 – Intensivkurs/ab August – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x mo, 4 x di, 1 x mi, 4 x do, und 3 x fr · 13.45 bis 17.00 Uhr · 9.8. bis 1.9.2011 · € 90.– · Ermäßigte Kursgebühr · 16 Plätze · ♿

B1
Sie können einfache Alltagsgespräche und wesentliche Informationen in bekannten Situationen verstehen und sich auch in unerwarteten Situationen verständigen. Sie können ein einfacher Form erzählen, beschreiben, Notizen oder kurze Briefe mit einfachen Inhalten abfassen, auch unter Verwendung von Vergangenheit und Zukunft.

Lektion 1–8
Lehrbuch: Cutting Edge Pre-Intermediate, Student's Book – German Edition (ISBN 978-0-582-84665-4).
Bitte bringen Sie das Lehrbuch am ersten Unterrichtstag mit.

KG 2830 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Gisela Charlton · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.00 bis 12.00 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 142.– · 14 Plätze · ♿

KM 2832 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Liam Hogan · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 156.– · 14 Plätze

Lektion 9–16
Lehrbuch: Cutting Edge Pre-Intermediate, Student's Book – German Edition (ISBN 978-0-582-84665-4). Bitte bringen Sie das Lehrbuch am ersten Unterrichtstag mit.

KG 2836 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Gisela Charlton · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.00 bis 12.00 Uhr · 22.8. bis 2.9.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿

KM 2838 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Liam Hogan · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 142.– · 14 Plätze

Auffrischung
Sie hatten mindestens vier bis fünf Jahre Englisch in der Schule und das Führen und Verstehen einfacher Gespräche fällt Ihnen schwer? Intensive Koversations- und Hörverständnisübungen helfen beim Auffrischen Ihrer Kenntnisse und sind eine gute Stütze auf dem Weg Ihre Scheu zu überwinden.

KG 2842 – Kompaktkurs/5 Tage – Innenstadt
Colleen Beaumont · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.00 bis 16.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 25.7. bis 29.7.2011 · € 162.– · 12 Plätze · ♿

KN 2844 – Kompaktkurs/5 Tage – Am Hart
Hella Oliver/Sharon Slager · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · mo bis fr 9.00 bis 16.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 19.9. bis 23.9.2011 · € 162.– · 12 Plätze

Auffrischung grammatikorientiert
In diesem Kurs wiederholen Sie die wichtigsten grammatikalischen Themen der Grundstufen wie Zeiten, Relativsätze und Modalverben und bereiten sich auf den Übergang in die Mittelstufe vor.

KS 700 – Wochenendseminar/Juli – Sendling
Hella Oliver · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 82.– · 10 Plätze · ♿

Auffrischung grammatikorientiert
In diesen Auffrischungskursen üben Sie Ihr mündliches Englisch und wiederholen grammatikalische Strukturen – u. a. Zeiten, Satzstellung, Präpositionen und if-Sätze. Sie vertiefen dabei Wortschatz und Hörverstehen mit vielen kommunikativen Übungen.

KG 2846 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Anna-Blanka Nagy · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 2.9.2011 · € 162.– · 12 Plätze · ♿

KW 2848 – Intensivkurs/2 Wochen – Neuhausen
Sharon Slager · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿

Kurs zum halben Preis
Die Kursleiter/innen dieses Kurses nehmen an einem Ausbildungsprogramm für Englischlehrer/innen (The Certificate in Teaching English to Speakers of Other Languages/CELTA) teil. Teilnehmer/innen bezahlen bei Anmeldung nur die Hälfte des sonst üblichen Preises; bei bestätigter Anwesenheit von mindestens 90 Prozent wird außerdem die Hälfte der Kursgebühr erstattet. Lehrbücher werden Ihnen leihweise zur Verfügung gestellt.
Lehrbuch: New Cutting Edge Intermediate, Student's Book, Pearson Longman Verlag

KG 2850 – Intensivkurs/ab August – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x mo, 4 x di, 1 x mi, 4 x do und 3 x fr 13.45 bis 17.00 Uhr · 9.8. bis 1.9.2011 · € 90.– · Ermäßigte Kursgebühr · 16 Plätze · ♿

B2
Sie können Unterhaltungen, auch über nicht vertraute Themen, im Wesentlichen verstehen und sich auch in unbekannten Situationen relativ flüssig ausdrücken. Sie können sich ohne große Schwierigkeiten an längeren Gesprächen persönlicher oder beruflicher Art beteiligen, Fachtexte über vertraute Zusammenhänge zum größten Teil verstehen sowie Texte unter Verwendung einfacher Strukturen selbstständig abfassen.

Kompaktkurs
KG 2852 – Kompaktkurs/5 Tage – Innenstadt
Colleen Beaumont · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.00 bis 16.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 1.8. bis 5.8.2011 · € 162.– · 12 Plätze · ♿

Auffrischung Grammatik und Wortschatz
In diesen Auffrischungskursen üben Sie Ihr mündliches Englisch und wiederholen grammatikalische Strukturen – u. a. Zeiten, Präpositionen, Gerundium und Modalverben. Sie vertiefen dabei Wortschatz und Hörverstehen mit vielen kommunikativen Übungen.

KG 2858 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Evelyne Berkmüller-McEachin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 2.9.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿

KM 2860 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Michelle Portelli · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 142.– · 14 Plätze

Conversation
KG 2870 – Intensivkurs/1 Woche – Innenstadt
Laurian Harris · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.00 bis 12.00 Uhr · 22.8. bis 26.8.2011 · € 87.– · 12 Plätze · ♿

KG 2872 – Intensivkurs/1 Woche – Innenstadt
Jade Jaguar · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.00 bis 12.00 Uhr · 29.8. bis 2.9.2011 · 12 Plätze · ♿

Vokabeltraining der Extraklasse

Der **Premium-Grundwortschatz Englisch** bildet die ideale Basis für erfolgreiches Vokabellernen: Mit Buch und Wortschatztrainer auf CD-ROM lassen sich Wörter, Wendungen und Beispielsätze gezielt trainieren und mühelos festigen.

- 9.000 Wörter, Wendungen und Beispielsätze thematisch gegliedert
- Wörter nach Häufigkeit und Aktualität ausgewählt
- Eingeteilt in Basis- und Aufbauwortschatz
- Wortschatztrainer auf CD-ROM

Langenscheidt
Premium-Grundwortschatz Englisch
Buch, 496 Seiten, mit CD-ROM (System: Windows)
ISBN 978-3-468-20215-5, € 19,99

Außerdem erhältlich für die Sprachen:
Französisch, **Italienisch**, **Spanisch**

Langenscheidt
...weil Sprachen verbinden

www.langenscheidt.de

C1/C2
Sie können Gespräche weitgehend problemlos verstehen und argumentativ mitgestalten und Radio- und Fernsehsendungen sowie Fachvorträgen relativ mühelos folgen. Sie können die Sprache in den meisten Situationen sicher und angemessen verwenden und Texte mit ihren Nuancen und kulturell bedingten Eigenheiten verstehen.

Conversation and more
These lively courses give you the chance to develop your spoken fluency, review key grammar areas and extend your active vocabulary. You will be able to explore and experiment with the language whilst at the same time improving your communication skills.

KG 2890 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Evelyne Berkmüller-McEachin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.30 bis 12.30 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 156.– · 14 Plätze · ♿

KG 2892 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Evelyne Berkmüller-McEachin · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.30 bis 12.30 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 147.– · 12 Plätze · ♿

Neuhauser Sprachensommer
KW 2894 – Kompaktkurs/5 Tage
Hella Oliver · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 80.– · 12 Plätze · ♿ · Nähere Informationen auf Seite 212.

Englisch für den Beruf

B2
Business English Intermediate
This compact course is designed to improve your English communication in the workplace. Participants will practise oral and written communication skills in a variety of typical office situations. There will also be an ongoing grammar and vocabulary review throughout the course. The course fee includes the material provided by the teacher.

KG 2904 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Sarita Simmons · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 2.9.2011 · € 199.– · 10 Plätze · ♿

KG 2906 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Andrea Eckschlager · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 5.8.2011 · € 199.– · 10 Plätze · ♿

English for Business/Part 1 – Intermediate
By the end of this comprehensive weekend seminar you should be able to meet and greet clients, introduce your company and its departments as well as carry out written and oral business communication. There will be a grammar review and a vocabulary-building component included in this seminar.

KG 1914 – Wochenendseminar/Juli – Innenstadt
Andrea Eckschlager · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 9.00 bis 16.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 9./10.7.2011 · € 104.– · 8 Plätze

English for Business/Part 2 – Intermediate
By the end of this comprehensive weekend seminar you should be able to carry out negotiations and understand meetings in English as well as process orders. You should also be able to carry out good customer service and deal with customer complaints. There will be a grammar review and a vocabulary-building component included in this seminar.

KG 1916 – Wochenendseminar/Juli – Innenstadt
Andrea Eckschlager · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 9.00 bis 16.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 23./24.7.2011 · € 104.– · 8 Plätze · ♿

Business English Advanced
This course is designed to improve your English communication in the workplace. Participants will practise oral and written communication skills in a variety of typical office situations. The course fee includes the material provided by the teacher.

KG 2920 – Intensivkurs/9 Tage – Innenstadt
Nathan Azize · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.8. bis 19.8.2011 · € 180.– · 10 Plätze · ♿

Global Business Etiquette & Networking
In our highly complex business world, professional relationships are increasingly important. When dealing with your key contacts from different cultures, tact and politeness, as well as effective non-verbal communication, are essential for establishing and maintaining good business relationships. In this seminar we will explore different networking strategies and techniques to help you develop your professional network. You will learn how to deal with cultural diversty, and increase your awareness of your communication style and develop your ability to adapt it as appropriate. This is a total immersion seminar, so you will have the opportunity to have lunch with your trainer and the other participants (price not included in registration fee).

KG 2018 – Wochenendseminar/Juli – Innenstadt
Thierry Féraud · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa/so 9.00 bis 18.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 16./17.7.2011 · € 139.– · 8 Plätze · ♿

Prüfungsvorbereitung
Vorbereitung auf den IELTS-Test
IELTS is a globally recognized test designed to assess the language ability of candidates who need to study or work where English is the language of communication. It covers the four language skills – listening, reading, writing and speaking – at nine levels from non-user to expert user. This intensive course will prepare you for IELTS in all four areas at level 5.5 and above. For further information please call the English department on (089) 48006-6152.

KG 2148 – ab Juli – Innenstadt
Ann Roche · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x sa und 3 x so 10.00 bis 17.00 Uhr (mit jeweils einer Stunde Pause) · 9.7. bis 23.7.2011 · € 260.– · 10 Plätze · ♿

Zweisprachige Führung

Schlösser, Kunst und Künstler im alten Schwabing
Führung in Deutsch und Englisch

In Schwabing, über Jahrhunderte ein kleines Fischer- und Bauerndorf, wurden in der Kurfürstenzeit mehrere Schlösser und Rittersitze errichtet. Wo waren sie? Wo und was sind sie heute? Vor 120 Jahren zog ein buntes Völkchen in das neue Stadtviertel Münchens: Künstler und Intellektuelle aller Art, darunter Heinrich und Thomas Mann, Olaf Gulbransson, Franziska zu Reventlov, Alfred Kubin, Artur Kutscher und Paul Klee. Sie stellten die berühmt-berüchtigte „Schwabinger Bohème" dar, von der viele Impulse für die moderne Kunst und Literatur ausgingen.

Old Schwabing's Castles, Arts and Artists
A Guided Tour in German and English

In Schwabing – for centuries a little fishing and farming village – several castles and manors were built in the times when Bavaria was ruled by the „Kurfürsten" (electors). Where were these castles to be found and what became of them? Around 1900 a creative and nonconformist bunch of people moved into the expanding urban quarter: artists and intellectuals of every description, among them Heinrich und Thomas Mann, Olaf Gulbransson, Franziska zu Reventlov, Alfred Kubin, Artur Kutscher, and Paul Klee. All of them were the notorious „Bohème of Schwabing" that had a great impact on modern art and literature.

CN 1513 – Schwabing Nord
Juliet Jones/Dr. Willibald Karl · Treffpunkt: Ungerer-/Ecke Dietlindenstr. · sa 15.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 5.– · 15 Plätze · ♿

Englischsprachige Führung

Olympic Park of Munich: BMW Welt, Olympic Tower, Olympic Village – A Guided Tour in English

Since the Summer Olympic Games in 1972 the Olympic Park has been a highlight, particularly with regard to new buildings such as the BMW Welt, the recently renovated Olympic Hall and the student bungalows at the Olympic Village. Let's start and have a look at the BMW Welt, then enjoy the breathtaking view from the platform of the Olympic Tower and continue our walk through the largest sport facilities within a city. The tour ends with a stroll through the Olympic Village, now a unique residential district..

CN 1521 – Führung – Olympiapark
Gertraud Zettler · Treffpunkt: U3 Olympiazentrum, Ausgang Olympiaturm · sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 20.8.2011 · € 5.– · Zuzüglich Turmauffahrt € 3.50 · 19 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Englisch-Sommerseminar Mittelstufe 1
Leichte und fortgeschrittene Konversation

In this intensive English seminar, we will take a closer look at grammar you have already had with the help of lively games and exercises. In addition there will be plenty of time for English conversation in an easygoing atmosphere.

KM 2578 – Innenstadt
Laura Bernhard · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · mo bis do 9.30 bis 12.30 Uhr · 25.7. bis 28.7.2011 · € 52.– · Keine Ermäßigung · 12 Plätze · ♿

Englisch im Westpark
In the lovely atmosphere of Westpark we will enjoy having conversations with each other. There will be lively activities, interesting topics, songs, vocabulary training and games – free of any stress.

KS 2580 – Seminarwoche – Sendling-Westpark
Sharon Slager · Für Senior(inn)en · VHS-Garten im Westpark · Eingang Nestroy-/Zillertalstraße · mo/di/do 10.00 bis 15.00 Uhr · fr 10.00 bis 14.30 Uhr · 8./9./11./12.8.2011 · € 82.– · 12 Plätze · ♿

Grammatik – kurz und knapp im September
Wenn Sie vor Beginn des neuen Semesters Ihr Wissen über die wichtigsten grammatikalischen Strukturen wie if-Sätze und Zeiten aufrischen möchten, ist dieser kurze Auffrischungskurs ideal für Sie.

KN 2582 – September – Schwabing
Jane Fielding · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 3 x mi 13.30 bis 15.00 Uhr · 14.9. bis 28.9.2011 · € 21.– · Keine Ermäßigung · 12 Plätze

Conversation im September
Do you feel like using the time before the semester starts for a bit of conversation, come and join us. A B1/B2 level of English is required.

KN 2584 – September – Schwabing
Jane Fielding · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 3 x di 10.00 bis 11.30 Uhr · 13.9. bis 27.9.2011 · € 21.– · Keine Ermäßigung · 12 Plätze

Französisch

Neuhauser Sprachensommer
KW 3500 – Kompaktkurs/5 Tage
Sabine de Demandolx/Sabine Lippi/Cécile Monello Culmann/Sandrine Serret-Praml · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 269.– · 40 Plätze · ♿ · Nähere Informationen auf Seite 212.

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Diese Intensivkurse sind besonders geeignet für Teilnehmer/innen, die sich in kürzester Zeit Grundkenntnisse der französischen Sprache aneignen wollen. Sie lernen, Grundsituationen des Alltags sprachlich zu meistern. Die gesprochene Sprache steht im Vordergrund.
Lehrbuch: On y va ! A1, Hueber Verlag

KG 3502 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Geneviève Hack · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 4.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Fortsetzungsmöglichkeit: KG 3510

KM 3504 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Agnès Roubille · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 9.8. bis 25.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze

KO 3506 – Intensivkurs/2 Wochen – Giesing
Geneviève Hack · Volkshochschule · Severinstr. 6 · 2 x mo, di, do · 18.00 bis 21.00 Uhr · 12.9. bis 22.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze

KS 3508 – Intensivkurs/3 Wochen – Sendling
Elisabeth Dronne · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 3 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 10.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Fortsetzungsmöglichkeit: KG 3512

Intensivkurse im August für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen
Voraussetzung: ca. ein bis zwei Semester an der Volkshochschule.
Lehrbuch: On y va ! A1, Hueber Verlag, ab Lektion 4

KG 3510 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Geneviève Hack · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 9.8. bis 18.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

KG 3512 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Elisabeth Dronne · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x mo/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 1.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

Intensivkurs im August für leicht Fortgeschrittene
Voraussetzung: ca. zwei Semester an der Volkshochschule.
Lehrbuch: On y va ! A1, Hueber Verlag, ab Lektion 7

KG 3516 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Isa Heppel M.A. · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 9.8. bis 18.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

Aktivierung A1 und Vorbereitung auf A2
Voraussetzung: ca. ein bis zwei Jahre Schulfranzösisch oder vergleichbare Kenntnisse.
Sie festigen Ihre vorhandenen Grammatikkenntnisse und erweitern Ihre Sprech- und Ausdrucksfähigkeit.
Nach diesem Kurs sind Sie auf einen Folgekurs auf der Stufe A2 gut vorbereitet.

KS 3518 – Intensivkurs/4 Tage – Sendling
Sandrine Serret-Praml · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis do 18.00 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 65.– · 12 Plätze · ♿

Auffrischung A2 im September für leicht Fortgeschrittene
Voraussetzung: ca ein bis zwei Jahre Schulfranzösisch oder vergleichbare Kenntnisse.
Sie festigen Ihre vorhandenen Grammatikkenntnisse und erweitern Ihre Sprech- und Ausdrucksfähigkeit.

KS 3520 – Intensivkurs/1 Woche – Sendling
Cécile Rehe · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.9. bis 30.9.2011 · € 78.– · 12 Plätze · ♿

Aktivierung A2 und Vorbereitung auf B1
Voraussetzung: ca. drei Jahre Schulfranzösisch oder vergleichbare Kenntnisse.
Sie festigen Ihre vorhandenen Grammatikkenntnisse und erweitern Ihre Sprech- und Ausdrucksfähigkeit.
Nach diesem Kurs sind Sie auf einen Folgekurs auf der Stufe B1 gut vorbereitet.

KW 3522 – Intensivkurs/2 Wochen – Neuhausen
Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 2 x mo/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 11.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

Kompaktkurs für Fortgeschrittene im August
Auffrischung B1 – grammatikorientiert
Voraussetzung: ca. vier Jahre Schulfranzösisch oder vergleichbare Kenntnisse. In diesem Auffrischungskurs üben Sie Ihr mündliches Französisch und wiederholen wichtige grammatikalische Strukturen. Sie vertiefen dabei Wortschatz sowie Lese- und Hörverstehen in vielen kommunikativen Übungen.

KG 3526 – Kompaktkurs/4 Tage – Innenstadt
Micheline Funke · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr/sa/mo/di 9.00 bis 12.00 und 13.30 bis 15.15 Uhr · 5.8./6.8./8.8./9.8.2011 · € 100.– · 12 Plätze · ♿

Kompaktkurs für Fortgeschrittene im September
Auffrischung B1 – Sprech- und Vokabeltraining
Voraussetzung: ca. drei Jahre Schulfranzösisch oder vergleichbare Kenntnisse. Sie vertiefen Ihre Kenntnisse und lernen, einfache Gespräche über Themen des täglichen Lebens zu führen. Die Sprechfähigkeit wird erweitert und gefestigt.
Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

KG 3524 – Kompaktkurs/4 Tage – Innenstadt
Gina Mason-Mayerhofer · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mi bis sa 9.00 bis 12.00 und 13.00 bis 16.00 Uhr · 21.9. bis 24.9.2011 · € 125.– · 12 Plätze · ♿

Gesprächstraining in den Sommerferien
Sie wollen in der Zeit zwischen den Semestern Ihre Französischkenntnisse aktiv halten und festigen? Mit vielfältigen aktuellen Themen als Gesprächsgrundlage haben Sie die Möglichkeit, zu üben, um mit der Sprache in Kontakt zu bleiben.
Voraussetzung: gute aktive Französischkenntnisse

KG 3528 – Innenstadt
Elisabeth Dronne · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 7 x di 16.00 bis 17.30 Uhr · 9.8. bis 20.9.2011 · € 55.– · 12 Plätze · ♿

Griechisch

Neugriechisch
Gesprächstraining A1
Sie wollen mit diesem Übungsangebot zum Sprechen und Vertiefen zwischen den Semestern mit der griechischen Sprache in Kontakt bleiben und Ihre Vorkenntnisse vertiefen? Wenn Sie bereits die Grundstufe 1 abgeschlossen haben oder vergleichbare Kenntnisse entsprechend Abschluss des Lehrbuches Kalimera besitzen, sind Sie in diesem Kurs richtig. Die Lehrmaterialien erhalten sie im Kurs.

KW 4275 – Neuhausen
Panagiota Kasapidou · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 3 x mi 18.30 bis 20.45 Uhr · 20.7. bis 3.8.2011 · € 38.– · 8 Plätze

Hindi

Ab Lektion 1
Im Anfängerkurs Hindi von 1.8. bis 5.8.2011 werden Sie in einer Kleingruppe in Schrift und Sprache eingeführt. Im Herbst können Sie in einem Anschlusskurs weiterlernen. Nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) bieten wir Ihnen an drei Nachmittagen ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturangebot. Lehrbuch: Fornell/Liu, Hindi bolo! Teil 1, ISBN 978-3-934106-79-6

Neuhauser Sprachensommer
KW 9790 – Kompaktkurs/5 Tage
Dr. Vanamali Gunturu · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 5.8. 2011 · € 269.– · 8 Plätze ·
Nähere Informationen auf Seite 212.

Italienisch

Neuhauser Sprachensommer

KW 5800 – Kompaktkurs/5 Tage
Silvana Donzelli-Kaiser/Stefania Fois/Dott. Luciana Gandolfi/Alessandra Lapucci/Dott. Fiorella Palini/Viola Saitta/Alberto Staibano · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 15.00 Uhr · 22.8. bis 26.8.2011 · € 269.– · 40 Plätze · ♿ · Nähere Informationen auf Seite 212.

Intensivkurse für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Für Teilnehmer/innen, die sich in kürzester Zeit Grundkenntnisse der italienischen Sprache aneignen wollen. Sie lernen, Grundsituationen des Alltags sprachlich zu meistern. Die gesprochene Sprache steht im Vordergrund.
Bitte buchen Sie bei Interesse den entsprechenden Fortsetzungskurs gleich mit, damit für Sie ein Platz reserviert ist!
Lehrbuch: Linea diretta neu 1a, Hueber Verlag, Lektion 1–4

KG 5802 – Intensivkurs/3 Wochen ab Juli – Innenstadt
Marinella Vannini · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 11.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Fortsetzungsmöglichkeit KG 5820

KG 5804 – Intensivkurs/3 Wochen ab August – Innenstadt
Maria Rossi · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. bis 1.9.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Fortsetzungsmöglichkeit KG 5822

KG 5806 – Intensivkurs/3 Wochen ab August – Innenstadt
Francesca Rossi-Uszkoreit · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 29.8. bis 14.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

KG 5808 – Intensivkurs/3 Wochen ab September – Innenstadt
Francesca Rossi-Uszkoreit · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 22.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

KM 5810 – Intensivkurs/3 Wochen ab Juli – Innenstadt
Marinella Vannini · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 3 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 10.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · Fortsetzungsmöglichkeit KM 5824

KN 5812 – Intensivkurs/3 Wochen ab September – Schwabing
Dott. Elena Taddia · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 4 x di 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 27.9.2011 · sa 10.00 bis 13.00 und 14.00 bis 17.00 Uhr · 24.9.2011 · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 25.9.2011 · € 109.– · 12 Plätze

KO 5814 – Intensivkurs/3 Wochen ab August – Giesing
Stefania Fois · Volkshochschule · Severinstr. 6 · 6 x di und do · 18.00 bis 21.00 Uhr · 2.8., 4.8., 9.8., 11.8., 16.8. und 18.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze

KS 5816 – Intensivkurs/2 Wochen – Sendling
Alessandra Lapucci · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x mo/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 4.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

KW 5818 – Intensivkurs/3 Wochen ab August – Neuhausen
Dott. Fiorella Palini · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 2.8. bis 18.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿

Intensivkurse für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen
Für Teilnehmer/innen, die einen Intensivkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse besucht haben oder entsprechende Kenntnisse mitbringen (ca. ein Semester an der VHS). Lehrbuch: Linea diretta neu 1a, Hueber Verlag, Lektion 5–8

KG 5820 – Intensivkurs/3 Wochen ab August – Innenstadt
Marinella Vannini · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. bis 1.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

KG 5822 – Intensivkurs/3 Wochen ab September – Innenstadt
Maria Rossi · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 22.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

KM 5824 – Intensivkurs/3 Wochen ab August – Innenstadt
Marinella Vannini · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 3 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 7.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze

Sprechtraining und Aktivierung A1
Fit für A2
Durch Abwechslung zwischen mündlichen und schriftlichen Übungen, Lektüren, spielerischen Aktivitäten und leichter Konversation werden die sprachlichen und grammatischen Schwerpunkte der Niveaustufe A1 wiederholt. Der Kurs eignet sich somit für Wiedereinsteiger/innen und gleichzeitig für Lerner/innen, die diese Inhalte vertiefen wollen und bereitet auf die Niveaustufe A2 vor.
Für Teilnehmer/innen, die bereits einen Kurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse besucht haben oder entsprechende Kenntnisse mitbringen. Das Lehrmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.

KS 5828 – Intensivkurs/2 Wochen – Sendling
Alessandra Lapucci · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x mo/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 19.9. bis 29.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

Sprechtraining und Aktivierung A1
Fit für den Urlaub
Durch Abwechslung zwischen mündlichen und schriftlichen Übungen, Lektüren, spielerischen Aktivitäten und leichter Konversation werden die sprachlichen und grammatikalischen Schwerpunkte der Niveaustufe A1 wiederholt. Der Kurs eignet sich somit zur Urlaubsvorbereitung, für Wiedereinsteiger/innen und gleichzeitig für Lerner/innen, die diese Inhalte vertiefen wollen und bereitet auf die Niveaustufe A2 vor.
Für Teilnehmer/innen, die bereits zwei bis drei Kurse an der VHS besucht haben oder entsprechende Kenntnisse mitbringen. Das Lehrmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.

KM 5830 – Intensivkurs/4 Tage – Innenstadt
Gabriella Simbeck-Ceccarelli · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis do 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 28.7.2011 · € 64.– · 12 Plätze

KM 5832 – Intensivkurs/4 Tage – Innenstadt
Marinella Vannini · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis do 9.00 bis 12.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 64.– · 12 Plätze

Sprechtraining und Aktivierung A2
Fit für den Urlaub
Durch Abwechslung zwischen mündlichen und schriftlichen Übungen, Lektüren, spielerischen Aktivitäten und leichter Konversation werden im Kurs die sprachlichen und grammatischen Schwerpunkte der Niveaustufen A1 und A2 wiederholt. Der Kurs eignet sich somit zur Urlaubsvorbereitung, für Wiedereinsteiger/innen und gleichzeitig für Lerner/innen, die diese Inhalte vertiefen wollen und bereitet auf die Niveaustufe B1 vor.
Für Teilnehmer/innen, die ca. drei bis vier Semesterkurse an der VHS besucht haben oder entsprechende Kenntnisse mitbringen. Das Lehrmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.

KM 5834 – Intensivkurs/4 Tage – Innenstadt
Dott. Elena Taddia · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis do 18.00 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 64.– · 12 Plätze

KM 5836 – Intensivkurs/5 Tage – Innenstadt
Maria Rossi · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis fr 9.00 bis 12.00 Uhr · 29.8. bis 2.9.2011 · € 79.– · 12 Plätze

Aktivierung Grammatik A1 und A2
Zur Vertiefung und für Wiedereinsteiger/innen
Durch Abwechslung zwischen mündlichen und schriftlichen Übungen, Lektüren, spielerischen Aktivitäten und leichter Konversation werden im Kurs folgende Themen erarbeitet und wiederholt: Präpositionen, Pronomen, Gebrauch der Vergangenheit (passato prossimo/imperfetto).
Das Lehrmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.

KM 5838 – Intensivkurs/4 Tage – Innenstadt
Adele Finzi · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis do 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 28.7.2011 · € 64.– · 12 Plätze

Grammatiktraining am Wochenende A1/B1
Für Teilnehmer/innen, die wenigstens drei Semesterkurse an der VHS besucht haben oder entsprechende Kenntnisse mitbringen. Das Lehrmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.

Die Präpositionen „a" „di" und „in"
Mit Ergänzungen zur Präposition „da". In diesem Seminar lernen Sie, welche Bedeutungen die Präpositionen haben und was man damit ausdrücken kann, sowie ob es regelmäßige Fälle gibt, in denen die eine oder die andere Präposition angewendet werden kann.
Einführung des Themas am Freitag, mit Aufgaben für den nächsten Tag und umfassenden Übungen am Samstag.

KG 5840 – Intensivkurs/2 Tage – Innenstadt
Paolo Gatti · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 17.30 bis 19.45 Uhr · sa 15.00 bis 17.15 Uhr · 5./6.8.2011 · € 27.– · 10 Plätze · ♿

Der Konjunktiv
Wann soll man den Konjunktiv unbedingt anwenden? Soll er überhaupt angewendet werden? In welchen Fällen kann man Ausweichlösungen finden?
Die Bildung der Form ist recht einfach. In diesem Seminar werden wir am Freitag die grammatischen Fallbedingungen lernen, wiederholen und vertiefen. Es gibt Aufgaben für den Folgetag und am Samstag dann umfassende Übungen zur Verwendung der Form.

KG 5842 – Intensivkurs/2 Tage – Innenstadt
Paolo Gatti · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 17.30 bis 19.45 Uhr · sa 15.00 bis 17.15 Uhr · 12./13.8.2011 · € 27.– · 10 Plätze · ♿

Sprechtraining und Aktivierung B1
Fit für B2
Durch Abwechslung zwischen mündlichen und schriftlichen Übungen, Lektüren, spielerischen Aktivitäten und leichter Konversation werden im Kurs die sprachlichen und grammatischen Schwerpunkte der Niveaustufen A2 und B1 wiederholt. Der Kurs eignet sich somit zur Urlaubsvorbereitung, für Wiedereineinsteiger und gleichzeitig für Lerner, die diese Inhalte vertiefen wollen und bereitet auf die Niveaustufe B2 vor.
Für Teilnehmer/innen, die ca. fünf bis sechs Semesterkurse an der VHS besucht haben oder entsprechende Kenntnisse mitbringen. Das Lehrmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.

KG 5844 – Intensivkurs/5 Tage – Innenstadt
Dott. Elena Taddia · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo bis fr 9.30 bis 12.30 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 79.– · 14 Plätze · ♿

Parliamo correttamente
Semplici esercizi di conversazione guidata: porre domande, dare risposte. In ciascuna delle sei lezioni si affronterà anche un particolare campo lessicale (le vacanze, gli acquisti, lo sport, il viaggio, ecc.).
Dopo almeno sei semestri alla VHS o esperienza corrispondente.

KG 5846 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Paolo Gatti · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 10.00 bis 12.30 Uhr · 9.8. bis 25.8.2011 · € 79.– · 12 Plätze · ♿

KM 5848 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Paolo Gatti · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x mo/mi 18.00 bis 20.15 Uhr · 8.8. bis 29.8.2011 · 3 x mo/mi 18.00 bis 20.15 Uhr · 10.8. bis 24.8.2011 · € 71.– · 12 Plätze

Approfondimento grammaticale B2–C2
Parlate in modo fluido l`italiano ma avete ancora delle incertezze grammaticali? In questo breve ma intenso corso affronteremo alcune difficoltà della grammatica italiana: passato prossimo/imperfetto/passato remoto, congiuntivo, preposizioni … Potranno essere tenute in considerazione anche tematiche specifiche proposte dai partecipanti al corso.

KN 5850 – Schwabing
Dott. Lorenzina Lazzaroni-Stückemann · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · 3 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 14.9. bis 28.9.2011 · € 53.– · 10 Plätze

Japanisch

Japanisch
Im Anfängerkurs KW 6118 von 1.8. bis 5.8.2011 werden Sie in einer Kleingruppe in die Sprache eingeführt und lernen zuerst die Silbenschrift Hiragana. Nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) bieten wir Ihnen an drei Nachmittagen ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturangebot.
Im trainingsorientierten Kurs KG 6123 ab 25.7. üben Sie neben der Einführung in Hiragana von Anfang an grundlegende Gesprächssituationen ein.

Ab Lektion 1
Lehrbuch: Konnichiwa, Japan! ISBN 978-3-929378-07-8

Neuhauser Sprachensommer
KW 6118 – Kompaktkurs/5 Tage
Tomoko Hull · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 269.– · 8 Plätze · ♿ ·
Nähere Informationen auf Seite 212.

KG 6123 – Intensivkurs 1/3 Wochen – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 11.8.2011 · € 149.– · 16 Plätze · ♿ ·

Einführung in die japanischen Schriftzeichen
Sie wollen bald einen Japanisch-Anfängerkurs besuchen und sich vorab schon mit den Schriftzeichen beschäftigen, um Ihre Lernvoraussetzungen zu verbessern? Dieser Kurs führt Sie ein in die Welt der japanischen Schriftzeichen und gibt Ihnen bereits einen Einblick in die Silbenschrift Hiragana. Auch werden Sie einige wichtige alltägliche Ausdrücke wie z. B. Begrüßungen lernen. Im Anschluss daran wird es Ihnen nicht schwerfallen, ganz regulär mit dem Lehrbuch Ihr Japanischlernen zu starten.
Dieser Kurs ist auch für Studenten gut geeignet.
Das Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

KM 6120 – Innenstadt
Eriko Abe · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x mi 18.30 bis 20.00 Uhr · 11.8. bis 25.8.2011 · € 25.– · 8 Plätze ·

Ab Lektion 3
Lehrbuch: Konnichiwa, Japan! ISBN 978-3-929378-07-8
Einführung in Katakana, Fortsetzung des Kurses KG 6123.

KG 6125 – Intensivkurs 2 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. bis 5.9.2011 · € 149.– · Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten · 12 Plätze · ♿ ·

Gesprächstrainingskurse
Grundstufenniveau
Voraussetzung: Die Teilnehmer/innen sollten gut Hiragana und Katakana lesen und sowohl die Sie- als auch die Du-Form anwenden können.
Erwünschte Kanji-Zeichen: zwischen 30 und 100.
Das Lehrmaterial ist im Kurs erhältlich.

KM 6127 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 6 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 27.7. bis 31.8.2011 · € 100.– · Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten · 12 Plätze · ♿ ·

KM 6130 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 3 x mo und 3 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 5.9. bis 21.9.2011 · € 103.– · Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten · 8 Plätze · ♿ ·

Grundstufe A2
Die Teilnehmer/innen können Hiragana und Katakana gut lesen und beherrschen etwa 300 Kanji-Zeichen.

KM 6133 – Innenstadt
Tetsu Tanimura · Volkshochschule · Lindwurmstr. 127 Rgb · 3 x di und 3 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 22.9.2011 · € 103.– · 8 Plätze · ♿ ·

Kroatisch

Anfängerkurs ab Lektion 1
Lehrbuch: Hrvatski za pocetnike, Band 1,
ISBN 978-953-169-123-9
(erhältlich unter www.kubon-sagner.de).

KM 6390 – Innenstadt
Aleksandra Durovic · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 4 x di/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 17.8.2011 · € 141.– · 8 Plätze ·

Norwegisch

Norwegisch
Mit diesem Anfängerkurs haben Sie in kurzer Zeit ein Pensum bewältigt, das Ihnen ab Oktober 2011 die Fortsetzung im 2. Semester möglich macht.

Ab Lektion 1
Lehrbuch: Randi Rosenvinge Schirmer, Et ar i Norge,
Hempen Verlag, ISBN 3-934106-15-3

KG 6690 – im September – Innenstadt
Sissel Waibel · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 4 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 29.9.2011 · € 141.– · 8 Plätze · ♿ ·

Polnisch

Anfängerkurs ab Lektion 1
Lehrbuch: Witam, Hueber-Verlag, Kursbuch ISBN 3-19-005369-3 und Arbeitsbuch ISBN 3-19-015369-8
Ab Oktober 2011 ist eine Fortsetzung im 2. Semester möglich.

KG 6795 – Innenstadt
Elzbieta Cinquantini · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di und 4 x do 18.30 bis 20.45 Uhr · 8.9. bis 29.9.2011 · € 132.– · 8 Plätze · ♿

Portugiesisch

Portugiesisch für Brasilien im Sommer
Intensivkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Für Teilnehmer/innen, die sich in kürzester Zeit Grundkenntnisse der portugiesischen Sprache für Brasilien aneignen wollen. Sie lernen, Grundsituationen des Alltags sprachlich zu meistern. Die gesprochene Sprache liegt im Vordergrund.

KG 6950 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Therezinha de Moraes-Wortmann · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/di/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 10.8.2011 · € 143.– · 14 Plätze · ♿

Portugiesisch für Portugal im Sommer
Intensivkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Für Teilnehmer/innen, die sich in kürzester Zeit Grundkenntnisse der portugiesischen Sprache für Portugal aneignen wollen. Sie lernen, Grundsituationen des Alltags sprachlich zu meistern. Die gesprochene Sprache liegt im Vordergrund.

KS 6952 – Intensivkurs/2 Wochen – Sendling
Glória Soares de Oliveira Frank · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x mo/di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 11.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿

Russisch

In beiden Anfängerkursen Russisch werden Sie in Schrift und Sprache eingeführt. Im Kurs KW 7250 bieten wir Ihnen nach dem Unterricht (9.30 bis 15.00 Uhr) an drei Nachmittagen ein abwechslungsreiches fremdsprachliches Kulturangebot. Im Anschluss an diese Einführungskurse können Sie auf Wunsch im Herbst-Wintersemester 2011 fortsetzen.

Ab Lektion 1
Lehrbuch ab Lektion 1: Otlitschno!, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-004477-1, und Arbeitsbuch Otlitschno!
ISBN 978-3-19-024477-5.

Neuhauser Sprachensommer
KW 7250 –Kompaktkurs/5 Tage
Galina Böhm · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 269.– · 8 Plätze · Nähere Informationen auf Seite 212.

KM 7255 Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Andzhela Klos-Golovanova · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x mo/di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 11.8.2011 · € 153.– · 12 Plätze ·

Gesprächstraining A1
Sie wollen zwischen den Semestern mit der Russischen Sprache in Kontakt bleiben, nachdem Sie etwa 100 Unterrichtsstunden absolviert haben. In diesem Kurs werden Sie auf spielerische Weise anhand ausgewählter Themen mit möglichst viel Praxisbezug Ihr gesprochenes Russisch nach und nach erweitern und festigen.
Auch Wiederholung und Vertiefung der Grammatik.
Unterrichtsmaterial im Kurs.

KW 7258 – Neuhausen
Raissa Nohr · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 3 x mo 18.30 bis 20.45 Uhr · 25.7. bis 8.8.2011 · € 40.– · 8 Plätze · ♿ ·

Gesprächstraining A2 im Übergang zur Mittelstufe
Dieser Kurs dient dazu, in praxisnahen Übungen Ihr gesprochenes Russisch zu vertiefen und zu festigen.
Auf Wunsch auch Grammatikwiederholungen.
Voraussetzung: Abschluss Praktisches Lehrbuch Russisch, Langenscheidt Verlag, oder vergleichbare Kenntnisse.
Unterrichtsmaterial im Kurs.

KW 7260 – Neuhausen
Andzhela Klos-Golovanova · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 4 x mi 18.30 bis 20.45 Uhr · 27.7. bis 17.8.2011 · € 53.– · 8 Plätze · ♿ ·

Gesprächstraining Mittelsstufe B1/B2
Sie wollen während der Sommerferien Ihre Russisch-Kenntnisse im Bereich B1/B2 aktiv halten und in lockerer Atmosphäre üben? Die Vertiefung der russischen Umgangssprache durch gezielte Gesprächsübungen und die Aktivierung Ihres passiven Wortschatzes ist Ihnen ein Anliegen.
Auf Wunsch werden einzelne Grammatikthemen vertieft.
Ihre sprachlichen Voraussetzungen bewegen sich bereits auf Niveau B1/B2.
Die Unterrichtsmaterialien erhalten Sie im Kurs.

KW 7262 – Neuhausen
Raissa Nohr · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · 3 x do 18.30 bis 20.45 Uhr · 28.7. bis 11.8.2011 · € 40.– · 8 Plätze · ♿

Spanisch

Neuhauser Sprachensommer
KW 8810 – Kompaktkurs/5 Tage
Ana María Silva Rivas/N.N. · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mo bis fr 9.30 bis 12.30 und 13.30 bis 15.00 Uhr · Zusätzlich an drei Nachmittagen ab 15.30 Uhr kulturelle Angebote · 8.8. bis 12.8.2011 · € 269.– · ♿ · Nähere Informationen auf Seite 212.

A1 – für Anfänger/innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

Intensivkurs am Wochenende für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: Caminos neu A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514954-0 (identisch mit: Caminos neu 1, ISBN 978-3-12-514906-9)

Lektion 1–5

KS 8812 – Wochenendkurs – Sendling
Amor von Ehrenstein Bazán/MarÍa José Prados Palacios · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x fr 17.30 bis 19.30 Uhr · 2 x sa 9.30 bis 13.30 und 14.30 bis 18.00 Uhr · 2 x so 9.30 bis 13.30 Uhr · 15./16./17.7. und 22./23./24.7.2011 · € 156.– · 12 Plätze · ♿

Intensivkurse für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Für Teilnehmer/innen, die sich in kürzester Zeit Grundkenntnisse der spanischen Sprache aneignen wollen. Sie lernen, Grundsituationen des Alltags sprachlich zu meistern. Die gesprochene Sprache steht im Vordergrund.
Lehrbuch: Caminos neu A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514954-0 (identisch mit: Caminos neu 1, ISBN 978-3-12-514906-9)

Lektion 1–4

KG 8820 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Francisco Javier Aparicio Asensio · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 10.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Mögliche Fortsetzung: KG 8832

KG 8822 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Rosa Mónica Hagedorn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 9.30 bis 12.30 Uhr · 2.8. bis 11.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Mögliche Fortsetzung: KG 8830

KM 8824 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Carlos Enrique Quispe Allende · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 11.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · Mögliche Fortsetzung: KM 8834

KM 8826 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Gina Vera de Schönauer · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 2 x di/do/fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 2.8. bis 12.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · Mögliche Fortsetzung: KM 8836

KO 8827 – Intensivkurs/2 Wochen Giesing
Virginia Sánchez Blanco · Volkshochschule · Severinstr. 6 · 2 x di/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 13.9. bis 22.9.2011 · € 95.– · 14 Plätze

KS 8828 – Intensivkurs/3 Wochen – Sendling
Ana María Silva Rivas · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 3 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7. bis 10.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Mögliche Fortsetzung: KM 8832, KM 8834 oder KM 8836

Intensivkurse für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: Caminos neu A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514954-0 (identisch mit: Caminos neu 1, ISBN 978-3-12-514906-9)

Ab Lektion 5

KG 8830 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Rosa Mónica Hagedorn · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 9.30 bis 12.30 Uhr · 16.8. bis 25.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze · ♿ · Auf Anfrage 🚻, Telefon 721006–12 · Mögliche Fortsetzung: KG 8838 oder KG 8840

KG 8832 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Francisco Javier Aparicio Asensio · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 1 x di/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. und 17.8..2011 · 2 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.8. bis 31.8..2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Mögliche Fortsetzung: KG 8838 oder KG 8840

KM 8834 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Carlos Enrique Quispe Allende · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. bis 1.9.2011 · € 95.– · 14 Plätze · Mögliche Fortsetzung: KG 8838 oder KG 8840

KM 8836 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Gina Vera de Schönauer · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · 2 x di/do/fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.8. bis 26.8.2011 · € 95.– · 14 Plätze · ♿ · Mögliche Fortsetzung: KG 8838 oder KG 8840

Ab Lektion 9
KG 8838 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Nerea de la Quintana · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 15.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze

KG 8840 – Intensivkurs/2 Wochen – Innenstadt
Gina Vera de Schönauer · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x di/mi/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 6.9. bis 15.9.2011 · € 95.– · 12 Plätze

Auffrischung – Grammatik und Sprechen aktiv:
Fit für A2
Intensive Grammatikwiederholung und Konversation, um den Übergang in die Grundstufe 2 zu erleichtern. Voraussetzung: Kenntnisse der Grundstufe A1.

KG 8850 – Intensivkurs/3 Tage – Innenstadt
Ana María Silva Rivas · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · mo/di/mi 17.00 bis 21.00 Uhr · 18.7. bis 20.7.2011 · € 73.– · 10 Plätze · ♿

KN 8852 – Intensivkurs/4 Wochen – Schwabing
Rosa María Flores · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · 4 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.9. bis 29.9.2011 · € 73.– · 10 Plätze

A2 – für leicht Fortgeschrittene
Intensivkurs für leicht Fortgeschrittene
Lehrbuch: Caminos neu A2, Klett Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-12-514956-4 (identisch mit: Caminos neu 2, 978-3-12-514913-7), Lektion 1–4

KG 8854 – Intensivkurs/3 Wochen – Innenstadt
Nerea de la Quintana · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 3 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 11.8.2011 · € 95.– · 12 Plätze

Fit für B1
Fit in der Vergangenheit!
Die richtige Anwendung der Vergangenheiten bereitet Ihnen noch Schwierigkeiten? Dieses intensive Training macht Sie fit für den Einstieg in die Mittelstufe 1. Voraussetzung: Kenntnisse der Grundstufe A2.
€ 3.– für Lehrmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

KM 8856 – Wochenendseminar – Innenstadt
María José Prados Palacios · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · fr 17.00 bis 20.00 Uhr · sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 8./9.7.2011 · € 40.– · 10 Plätze·

Auffrischung – Grammatik und Sprechen aktiv:
Übergang zu B1
Intensive Grammatikwiederholung und Konversation, um den Übergang in die Mittelstufe B1 zu erleichtern. Voraussetzung: Kenntnisse der Grundstufe A2.

KS 8858 – Intensivkurs/3 Tage – Sendling
Ana María Silva Rivas · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · di/mi/do 17.00 bis 21.00 Uhr · 27.9. bis 29.9.2011 · € 73.– · 10 Plätze · ♿ ·

C1/C2 – für Teilnehmer/innen mit sehr guten Spanischkenntnissen
Taller de conversación
Con la ayuda de lecturas, vídeos y otros materiales ejerceremos la libre expresión oral y trabajaremos aspectos gramaticales.
Para participiantes con muy buenos conocimientos de español (nivel C1/C2).
€ 3.– für Lehrmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

KM 8860 – Intensivkurs/4 Tage – Innenstadt
Vicky Belmonte · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · mo bis do 18.00 bis 21.00 Uhr · 18.7. bis 21.7.2011 · € 80.– · 10 Plätze · ♿

Schwedisch

Anfängerkurs ab Lektion 1
Lehrbuch: Javisst! Hueber Verlag, Kursbuch
ISBN 978-3-19-005405-3 und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-015405-0.
Auf Wunsch Fortsetzung im Herbst-/Wintersemester 2011.

KG 7630 – Innenstadt
Sebastian Heidrich · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 4 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 5.9. bis 28.9.2011 · € 141.– · 8 Plätze · ♿

Zweisprachige Führung

Olympiapark: BMW Welt, Olympiaturm, Olympiadorf
Führung in Deutsch und Schwedisch
Der Olympiapark – seit den Olympischen Spielen 1972 aktuell wie eh und je, insbesondere durch neue Bauten wie BMW Welt, Umbauten der Olympiahalle sowie Neubauten der Studenten-Bungalows.
Wir starten mit einem Blick in die BMW Welt, anschließend genießen wir die herrliche Aussicht vom Olympiaturm, weiter geht es durch die größte zusammenhängende Sportanlage mitten in einer Stadt und abschließend führt uns der Weg durch das Olympiadorf, eine einmalige Großwohnanlage.

Olympiaparken med BMW-världen, Olympiatornet och Olympiabyn – Visning på tyska och svenska
Olympiaparken – från de olympiska spelen 1972. Den är ständigt aktuell, speciellt genom de nya byggnader som har gjorts, såsom BMW– världen, ombyggnation av Olympiahallen och nybyggnation av studentbostäderna. Vi startar med en titt in i BMW-världen, sedan njuter vi av den härliga utsikten från Olympiatornet, vidare går vi genom den stora sammanhängande sportanläggningen och avslutar med en promenad genom Olympiabyn, en unik bostadsanläggning i stor skala.

CN 1515 – Führung – Olympiapark
Gertraud Zettler/Marianne Wennas · Treffpunkt: U3 Olympiazentrum, Ausgang Olympiaturm · mi 16.00 bis 19.00 Uhr · 20.7.2011 · € 5.– · Zuzüglich Turmauffahrt € 3.50 · 15 Plätze · ♿

Türkisch

Anfängerkurs ab Lektion 1
Lehrbuch: Alev Tekinay, Günaydin, Teil 1, zweite, erweiterte und verbesserte Auflage, Dr. Ludwig Reichert Verlag, Wiesbaden 2002, ISBN 3-89500-275-5 und Schlüssel ISBN 3-89500-276-3

KM 9360 – Intensivkurs/4 Wochen – Innenstadt
Barbara Dotzler-Okay · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 4 x di/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 26.7. bis 17.8.2011 · € 141.– · 12 Plätze ·

Vietnamesisch

Reisevorbereitung für Anfänger/innen
Sie planen im kommenden Winter eine Reise oder einen Aufenthalt in Vietnam? Auf der Basis dieses Wochenendkurses werden Sie Grundkenntnisse der vietnamesischen Sprache erwerben, um in der Lage zu sein, einfache Alltagsgespräche zu verstehen und verstanden zu werden.
Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

KO 9897 – Wochenendkurs – Giesing
Anh Van Nguyen · Volkshochschule · Severinstr. 6 · 4 x fr 17.00 bis 20.00 Uhr und 4 x sa 10.00 bis 13.00 Uhr · 9./10.9., 23./24.9., 7./8.10. und 21./22.10.2011 · € 147.– · 8 Plätze

Gebärdensprache

Die Deutsche Gebärdensprache (DGS)
Sie lernen die eigenständige Sprache der gehörlosen Menschen, eine nonverbale Form der Kommunikation. Neben den Gebärdenzeichen trainieren Sie Körpersprache, Mimik und Gestik. Außerdem erhalten Sie einen Einblick in das Leben und die Kultur der Gehörlosengemeinschaft.
Die Dozent(inn)en sind gehörlos.
Die Teilnehmer/innen sollten nicht gehörlos sein.

Deutsche Gebärdensprache (DGS) – Grundkurs – Kompakt
QS 235 – Kompaktkurs – Sendling
Melanie Spillner · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x mi/do/fr · 18.00 bis 21.00 Uhr · 20.7. bis 29.7.2011 · € 60.– · Lehrbuch € 12.– · 12 Plätze · ♿

Deutsche Gebärdensprache (DGS) – Grundkurs DGS-Woche
Neben dem Gebärdensprachgrundkurs lernen Sie die Kultur der gehörlosen Menschen in München kennen. Sie besuchen das Gehörlosenzentrum in Oberföhring und kommen mit gehörlosen Menschen in Kontakt.

QS 245 – DGS-Woche – Sendling
N.N. · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis do 10.00 bis 17.00 Uhr · 5.9. bis 8.9.2011 · € 96.– · Lehrbuch € 12.– · 12 Plätze · ♿

Deutsche Gebärdensprache (DGS) – Aufbaukurs 1 Kompakt

QN 262 – Wochenendkurs – Am Hart

N.N. · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 2 x sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 6.8. und 13.8.2011 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 7.8.2011 · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 14.8.2011 · € 90.– · Lehrbuch € 12.– · 12 Plätze · ♿

Gebärdensprachkompetenztest mit GIB-Zertifikat

Durch die Zusammenarbeit mit dem Gehörlosen Institut Bayern (GIB) und dem Bildungszentrum Nürnberg (VHS) ist es möglich, in einem Gebärdensprachkompetenztest das Zertifikat „Deutsche Gebärdensprache – Mittelstufe" zu erwerben. Ab DGS 4 oder vergleichbaren Vorkenntnissen bietet diese 30-minütige praktische Prüfung die Möglichkeit, den eigenen DGS-Kenntnisstand zu ermitteln und Empfehlungen für den weiteren Lernweg zu erhalten. Sie können sich im QM 295 gezielt auf die Prüfung vorbereiten.

QM 315 – Prüfung – Innenstadt

Prüfer/innen des GIB (Gehörlosen Institut Bayern) · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 18 Rgb · fr 10.30 bis 18.00 Uhr · 15.7.2011 · € 55.– · Keine Ermäßigung · 5 Plätze · ♿

Sommer macht Karriere

Betriebswirtschaftliche und kaufmännische Kompetenzen

Kaufmännischer Kompaktkurs
Der Kurs wendet sich an Berufstätige, die keinen kaufmännischen Abschluss haben oder deren Ausbildung schon lange zurück liegt. Er ist auch für Berufsrückkehrer/innen geeignet. Kaufmännische Kenntnisse werden in allen Branchen und Berufen verlangt. Anhand vieler Beispiele erhalten Sie einen Überblick über folgende Inhalte: Wirtschafts- und Vertragsrecht, Unternehmensorganisation, Marketing, Personalwesen, Rechnungswesen, Steuern, moderner Schriftverkehr, Büroorganisation und Wirtschaftsrechnen.
Nach Abschluss des Kurses erhalten Sie eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung.

JM 103 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 4 x mo, 4 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 18.7. bis 10.8.2011 · 2 x sa 9.30 bis 16.30 Uhr · 23.7. und 6.8.2011 · € 175.– · 14 Plätze

Europäischer Wirtschaftsführerschein (EBC*L) – Stufe A
Immer mehr Unternehmen erwarten von ihren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen betriebswirtschaftliches Know-how und unternehmerische Kenntnisse. Mit dem Europäischen Wirtschaftsführerschein (EBC*L) soll die Verbreitung von betriebswirtschaftlichem Kernwissen gefördert werden. Um diese Zertifizierung zu erreichen, müssen Sie eine entsprechende Prüfung ablegen. Das Zertifikat bescheinigt Ihnen betriebswirtschaftliches Kernwissen zu Bilanzierung, betriebswirtschaftlichen Kennzahlen, Kostenrechnung und Gesellschaftsrecht.
Zielgruppen: Personen, die über keine formale betriebswirtschaftliche Ausbildung verfügen, aber als Fachkräfte in Wirtschaft und Verwaltung über ein betriebswirtschaftliches Kernwissen verfügen müssen. Personen, deren betriebswirtschaftliche Ausbildung schon länger zurückliegt und aktualisiert werden soll, Nachwuchsführungskräfte und Existenzgründer und Personen, die sich aus privatem Interesse weiterbilden wollen.
Themenbereiche: Bilanzierung (Aufbau einer Bilanz, Aktiva, Passiva, Ermittlung des Jahresergebnisses, Aktivierungspflicht, Umsatz, Rückstellungen, GuV-Rechnung), Jahresabschluss lesen und verstehen, Kennzahlen (Rentabilität, Liquidität, Produktivität, Cash Flow), Kostenrechnung (Aufgaben und Begriffe, Marktformen, Kalkulation, Preisgrenzen, Deckungsbeitrag, Kostenstellenrechnung), Gesellschaftsrecht (die Merkmale, Vor- und Nachteile der wichtigsten Rechtsformen erläutern können, Vertretungsbefugnisse).
Die Prüfung findet in der IHK-Akademie statt und kostet zusätzlich € 149.– . Die Prüfung ist am 12.9.2011 um 17.00 Uhr. Wenn Sie keine Prüfung machen wollen, erhalten Sie eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung.

JM 137 – Innenstadt
Diana Gistel · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x mo, 1 x sa, 1 x di 10.00 bis 17.00 Uhr · 1.8., 6.8., 8.8. und 9.8.2011 · € 288.– · 12 Plätze

Erfolgreiche Karriereplanung
Viele Menschen sind beruflich unzufrieden und denken über einen Wechsel nach. Sie suchen einen Arbeitsplatz und eine Aufgabe, bei denen die eigenen Fähigkeiten und Talente besser zur Geltung kommen können. Viele Wechsel sind allerdings unsystematisch und haben deshalb nicht die gewünschte Verbesserung zur Folge. Sie erhalten einen Überblick über die relevanten Aspekte für beruflichen Erfolg und persönliche Zufriedenheit. Diese sind Basis für eine systematische Karriereplanung innerhalb einer vielfältigen und sich ständig verändernden Arbeitswelt. Sie erfahren, welche Schritte bei beruflichen Veränderungen erfolgreich sind und wie Sie Fehlentscheidungen vermeiden können. Madeleine Leitner ist Wirtschaftspsychologin mit langjähriger Berufserfahrung als Personalberaterin und als Psychotherapeutin.

JG 303 E – Vortrag – Innenstadt
Madeleine Leitner · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · di 18.00 bis 19.30 Uhr · 19.7.2011 · € 8.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 18 Plätze

Projektmanagement mit MS-Project
Ein Projekt von Anfang bis Ende erfolgreich abzuwickeln, ist eine anspruchsvolle und vielschichtige Aufgabe. Ein professionelles Software-Tool wie MS-Project bietet dabei für die Planung und Steuerung von Projekten eine effektive und flexible Unterstützung.
Kursinhalt: grundlegende Programmbedienung; Verwalten von Vorgängen und Ressourcen; Projektverfolgung und -kontrolle; Grundverfahren wie Ansichten, Tabellen, Filter, Masken, Berichte; Kostenverwaltung; individuelle Programmanpassung. Sie erhalten im Kurs ein Lehrbuch, der Preis ist in der Kursgebühr enthalten.
Voraussetzung: PC-Kenntnisse.

JN 506 – Wochenendseminar – Am Hart
Hans-Georg Wurm · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 30./31.7.2011 · € 138.– · 8 Plätze · ♿

JO 508 G – Wochenendseminar – Grünwald
Hans-Georg Wurm · Pfarrheim St. Peter und Paul · Schloßstr. 4 · sa/so 10.00 bis 17.15 Uhr · 16./17.7.2011 · € 138.– · 7 Plätze

Konzepte schnell und optimal entwickeln
Bei Arbeitsaufträgen werden oft Konzepte verlangt, die in kürzester Zeit und unter Arbeitsdruck zu entwickeln sind. Dabei sollen Sie Ziele benennen, Inhalte adressatengerecht formulieren und fundierte Entscheidungshilfen liefern. In diesem Kurs lernen Sie systematische Methoden kennen und erhalten eine Checkliste für künftige Aufgabenstellungen.
Inhalte: Auftragsklärung und Abgrenzungsfragen, Definition der Ziele und Vorgehen bei der Konzeptentwicklung, Recherche und Informationsbeschaffung, Gestaltung einer überzeugenden Entscheidungsvorlage, Erfolgskontrolle, Fallbesprechungen. Im Kurs können Sie aktuelle eigene Herausforderungen bearbeiten. Bitte bringen Sie ein Thema mit – Sie können so die im Kurs behandelte Vorgehensweise sofort erproben und für sich nutzen.
Ausführliche Unterlagen sind im Kurspreis enthalten.
Die Dozentin ist Diplom-Kauffrau, Master of Business Administration (MBA) und Strategieberaterin.

JM 530 – Samstagskurs – Innenstadt
Iris Barnert · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x sa 10.00 bis 17.30 Uhr · 6.8. und 13.8.2011 · € 57.– · 12 Plätze · ♿

Marketing für schmale Budgets
Sie sind Freiberufler oder haben ein kleines Geschäft und wollen mit wenig Geld neue Kunden gewinnen und Ihren Umsatz erhöhen? Sie erfahren, wie Sie erfolgreiche Marketingmaßnahmen planen und Ihre Werbemittel effektiv gestalten. Sie erhalten praxiserprobte Konzepte, die Sie für Ihr Unternehmen einsetzen können. Gerne können Sie eigene Werbung mitbringen, die besprochen werden kann.
Inhalte: Einführung in das Marketing, Design von Flyern und Broschüren, Formulierung von Werbebriefen, Umgang mit der lokalen Presse, Online-Werbung, Geld sparen beim Druck.

JN 542 – Samstagsseminar – Moosach
Susanne Büttner · Kultur- und Bürgerhaus · Moosacher St.-Martins-Platz 2 · sa 9.30 bis 18.00 Uhr · 24.9.2011 · € 55.– · 12 Plätze

JW 545 – Samstagsseminar – Neuhausen
Susanne Büttner · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 9.7.2011 · € 45.– · 12 Plätze · ♿

Kundenakquise – der erfolgreiche Weg zum Auftrag
Jedes Unternehmen braucht neue Kunden, denn nur aus dem Bestand heraus ist kein Wachstum möglich. Oft fehlt es jedoch an der richtigen Strategie oder an neuen Ideen. Sie lernen, wie man sich systematisch für den Wettbewerb um Kunden fit macht, Aufmerksamkeit weckt und potenzielle Neukunden auch mit begrenztem Budget gewinnen kann.
Kursinhalt: Grundlagen, Strategien, Maßnahmen und Erfolgsgeheimnisse der Kundenakquisition, Überblick über Instrumente samt Vor- und Nachbereitung sowie praktischen Übungen.

JM 554 – Sonntagsseminar – Innenstadt
Ulrike Wagner · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · so 9.00 bis 17.30 Uhr · 10.7.2011 · € 45.– · 12 Plätze

Büroorganisation und Ablaufplanung
Zur Auffrischung der Kenntnisse über Büroorganisation und Arbeitsplatzlogistik, auch für Wiedereinsteiger/innen geeignet.
Kursinhalt: Ordnungskriterien und individuelle Umsetzung, Ablagesystematik, Ablage von Papier und E-Mails, Wiedervorlagen. Umgang mit Chaos im Büro. Steuerung der Abläufe und Optimierung. Verschiedene Hierarchiestufen in Firmen. Gestaltungsmöglichkeiten des persönlichen Bereiches. Finden der eigenen Stellung im Unternehmen.

JN 648 – Am Hart
Siglinde Sonnenholzer · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 9.30 bis 12.30 Uhr · 22.7.2011 · € 16.– · 12 Plätze · ♿

Büroorganisation für Anfänger/innen
Kursinhalt: optimale und funktionelle Arbeitsplatzgestaltung, Planungstechniken zur Arbeitsvereinfachung, Informationsmanagement, Arbeitsabläufe im Büro (z. B. Ablageorganisation, Postbearbeitung, Termin- und Reiseplanung), vom Umgang mit Stress.

JO 658 – Samstagsseminar – Bogenhausen
Barbara Müller · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · sa 10.00 bis 16.30 Uhr · 9.7.2011 · € 37.– · 12 Plätze

Stilvolle Briefe schreiben nach den DIN-Normen
Das Deutsche Institut für Normung e. V. hat seine Empfehlungen (und nicht Vorschriften) in der DIN 5008 zusammengefasst. So gibt es Regelungen für das Anschriftenfeld, die Gliederung von Postfach-, Telefon- und Telefax-Nummern, Währungen, Unterschriften, Datumsangaben, Schriftgröße. Anhand von Beispielen werden die wichtigsten DIN-Regeln für einen stilvollen Geschäftsbrief genannt. Weiter erhalten Sie einen Überblick, wie z. B. eine Professorin, ein Diplom-Kaufmann oder Personen aus Politik, Kirche und Adel nach Knigge richtig angeschrieben werden.

JS 688 – Sendling
Alfred F. Schmidt · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · di 18.30 bis 20.30 Uhr · 19.7.2011 · € 12.– · 14 Plätze · ♿

Rechnungswesen
Die Kurse sind wie folgt gegliedert:
– Kurse mit Prüfungsabschluss und Ergänzungskurse
– Grundkurse
– Aufbaukurse

Xpert Business Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung
Mit diesen Kursen eignen Sie sich ausführliche und praxisnahe Kenntnisse im Rechnungswesen an. Wenn Sie die Prüfungen der Stufe 2 und 3 erfolgreich abgeschlossen haben, erhalten Sie das bundeseinheitliche Zertifikat Xpert Business Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung.
Diese Kurse bauen aufeinander auf, sie können aber auch einzeln besucht werden – für die Aufbaukurse beachten Sie bitte die jeweils notwendigen Voraussetzungen.
Zielgruppen: Personen, die systematisch und gründlich Buchführung lernen wollen sowie Personen, die berufsbegleitend einen anerkannten Abschluss im Bereich Rechnungswesen erwerben möchten.
Module:
1. Stufe: Finanzbuchhaltung 1, 52 Unterrichtseinheiten
2. Stufe: Finanzbuchhaltung 2, 60 Unterrichtseinheiten
3. Stufe: EDV-Finanzbuchhaltung 3, 40 Unterrichtseinheiten

EDV-Finanzbuchhaltung 3 mit Lexware
Merkmale und Möglichkeiten der PC-Finanzbuchhaltung am Beispiel der Software Lexware-Buchhalter; z. B. Stammdaten einer Firma, individuelle Anpassung des betrieblichen Kontenplans mit Anlegen und Bearbeiten von Konten; Kreditoren und Debitoren, Geschäftsvorfälle kontieren und buchen, Zahlungsverkehr, Mahnwesen, Kostenstellenrechnung; Abschreibungen. Sie erhalten im Kurs ein Lehrbuch, der Preis ist in der Kursgebühr enthalten.
Voraussetzungen: Kenntnisse von Finanzbuchhaltung 2. PC-Grundkenntnisse sind ebenfalls erforderlich.

JM 714 – Wochenendkurs – Innenstadt
Klaus-Rudolf Kittke · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x sa/so 9.30 bis 17.45 Uhr · 9./10.7. und 23./24.7.2011 · € 239.– · 9 Plätze

Grundkurs
Buchführung, Schnellkurs
Dieser Kurs ist für Berufstätige, die sich schnell Buchhaltungskenntnisse aneignen wollen, für Auszubildende in kaufmännischen Berufen oder zur Vorbereitung auf ein Wirtschaftsstudium geeignet.
Kursinhalt: Bedeutung der Buchführung und gesetzliche Bestimmungen, Inventar und Bilanz, Buchen einfacher Geschäftsfälle auf Bestands- und Erfolgskonten, einfache und zusammengesetzte Buchungssätze, Wareneinkaufs- und Warenverkaufskonto, Umsatzsteuer beim Ein- und Verkauf. Als Lehrbuch wird die aktuelle Ausgabe von Kaufmännische Buchführung (Schmolke/Deitermann) verwendet. Sie erhalten das Buch im Kurs, der Preis ist in der Kursgebühr enthalten.

JS 774 – Sendling
Sascha Jankovic · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis fr 9.00 bis 12.00 Uhr · 25.7. bis 29.7.2011 · € 99.– · 12 Plätze · ♿

Aufbaukurs
Die Reisekostenabrechnung
Für Mitarbeiter/innen aus den Personalabteilungen, Lohnbüros, Sekretariaten und der Buchhaltung und für Teilnehmer/innen aus den Finanz- und Lohnbuchhaltungskursen.
Wenn ein Unternehmer oder Arbeitnehmer dienstlich unterwegs ist, können die dadurch entstandenen Aufwendungen als Reisekosten geltend gemacht werden. Kursinhalt: Begriffsbestimmung, Reisekosten, Verpflegungsmehraufwand, Übernachtungskosten, Reisenebenkosten, Zahlungsvorgänge, sonstige Betriebsausgaben wie Bewirtungskosten und Geschenkzuwendungen, Vorsteuerabzug aus Reisekosten. Der Kurs berücksichtigt alle aktuellen Gesetzesänderungen und der Inhalt wird anhand vieler Praxisbeispiele dargestellt.

JM 847 – Innenstadt
Sabine Beer · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x mo, 1 x di 9.00 bis 12.00 Uhr · 1.8., 2.8. und 8.8.2011 · € 42.– · 12 Plätze

Kaufmännische Grundlagen für Freiberufler, Unternehmer und Existenzgründer
Sie erhalten von einem erfahrenen Praktiker Informationen über Tipps vor und nach der Geschäftseröffnung, Kapitaleinsatz und Vorkosten, Gespräche mit Banken und dem Steuerberater, Vorbereitung der Buchhaltung, Ehegattenvertrag, Auslastung, Sinn von Sonderabschreibungen usw.

JN 906 – Milbertshofen
Gerwich Polz · BMW AG · Nachbarschaftsforum · Riesenfeldstr. 7 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 20.7.2011 · € 16.– · 14 Plätze

Junge Volkshochschule

Abitur und was dann?
Seminar zur Studien- und Berufswahl
Unter Leitung einer Jobberaterin geht es primär um die Erkundung der Fähigkeiten und Zielvorstellungen: Welche Ausbildungen, Studiengänge und Arbeitsplätze entsprechen meinen Interessen und Erwartungen? Was sind meine Stärken und Talente? Welche Alternativen gibt es, wenn ich auf Beschränkungen oder Hindernisse stoße? Woher bekomme ich Informationen, um fundierte Entscheidungen zu treffen und wie kann ich meine Ausbildung finanzieren?

JN 378 – Sonntagsseminar – Schwabing
Gisela Schultze-Bachmann · Nur für Teilnehmer/innen unter 25 Jahren · Volkshochschule · Seidlvilla · Nikolaiplatz 1b · so 10.00 bis 17.30 Uhr · 10.7.2011 · € 32.– · Ermäßigte Kursgebühr · 10 Plätze

Rhetorik, Kommunikation und Führungskompetenzen

Die Wirkung nonverbaler Kommunikation
Der größte Teil Ihrer Wirkung auf andere hängt von Ihrer Stimme und Ihrer Körpersprache ab. Sie sind dann überzeugend, wenn die verbale und nonverbale Kommunikation übereinstimmt oder Sie mit Ihrer Körpersprache Präsenz zeigen. Das ist das Thema dieses Vortrags.
Weitere Inhalte: Was teilt Ihr Körper über Sie mit – wann treten blinde Flecken besonders häufig auf? Wie kann ich meine Wahrnehmung schulen? Wann gibt es große Diskrepanzen zwischen Fremdbild und das Selbstbild? Wie können Sie nonverbale Signale nutzen? Signale selbstbewussten Auftretens.

JM 1020 E – Innenstadt
Kerstin Kuner · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · di 18.30 bis 20.30 Uhr · 2.8.2011 · € 8.– bei Anmeldung oder am Veranstaltungsort · 14 Plätze

Stimme – Ausdruck der Persönlichkeit
Stimmt! Die Stimme ist eines unserer wichtigsten Kommunikationsmittel. Sie bestimmt, wie überzeugend wir auf unseren Gesprächspartner wirken und wie aufmerksam man uns zuhört. Klang und Wirkung Ihrer Stimme können Sie verbessern, indem Sie lernen, Körperspannungen zu lösen und Resonanz, Lautkraft und eine klare Artikulation zu entwickeln. Wenn Sie Ihre Stimme voll entfalten, können Sie authentisch auftreten und die Facetten Ihrer Persönlichkeit zum Ausdruck bringen.
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

JO 1106 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Madeleine Streiber · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 23./24.7.2011 · € 68.– · 12 Plätze

Starke Stimme im Job
Der Idealfall: Ihr Arbeitsumfeld ist stressfrei, Ihre Zuhörer lauschen gebannt Ihren Worten und Sie sind in Topform! Aber: Immer wieder erleben Sie – nicht nur als Viel-Redner – Ihre Grenzen, weil Sie nur selten Traumbedingungen vorfinden. Und: Weil Ihnen ein praxisnahes Stimmtraining und gut funktionierende Sprech-Tools im Alltag fehlen. Sie erfahren unter der Leitung eines professionellen Schauspielers, wie Sie – ohne sich zu überanstrengen – mehr Ausdruck und Durchsetzungsvermögen in Ihre Stimme legen. So hinterlassen Sie einen positiven akustischen Eindruck und punkten mit dem souveränen Einsatz von Sprache.

JM 1113 – Innenstadt
Carsten Schleuß · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · fr 10.00 bis 17.30 Uhr · 29.7.2011 · € 52.– · 12 Plätze

Körpersprache im Beruf
Platzhirsch oder Mauerblümchen?
Woran erkennen Sie, wie Sie auf andere wirken? Wie kann man Standpunkte einnehmen und Kompetenz zeigen? Körperhaltungen und Dialoge werden in vielen verschiedenen Beispielen aus dem Arbeitsalltag aufgezeigt und spielerisch erprobt. Weitere Kursinhalte sind: Selbstbild und Selbstvertrauen, Signale selbstbewussten Auftretens, Konflikte und Körpersprache, sich öffnen und abgrenzen.

JM 1117 – Innenstadt
Margot Heinze-Ehrlich · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · fr 10.00 bis 18.00 Uhr · 5.8.2011 · € 54.– · 12 Plätze

Lampenfieber reduzieren
Wohlgefühl statt Trockenheit im Hals und Beklemmung – kann man das lernen? Welche Faktoren verursachen Lampenfieber und wie lässt es sich verringern? Wie reagiere ich bei Zwischenrufen aus dem Publikum? Öffentliche Auftritte gehören wie selbstverständlich zum beruflichen Alltag und doch erleben die meisten Menschen die Konfrontation mit dem Publikum eher als Qual. Mit speziellen Techniken lernen Sie, sich für Ihren Auftritt im beruflichen und privaten Bereich zu motivieren und frei und spontan Ihr Anliegen zu vermitteln. Anhand von Spontanbeiträgen vor unserer kleinen Gruppe werden spielerisch individuelle Strategien für den persönlichen Umgang mit Lampenfieber entwickelt und der Einsatz von Körpersprache und Stimme verbessert. Verringern Sie Ihr Lampenfieber und erhöhen Sie den Spaßfaktor am Vortragen!

JM 1118 – Wochenendseminar – Innenstadt
Dr. Christiane Drühe-Wienholt · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · fr 17.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 15./16.7.2011 · € 78.– · 10 Plätze

Rhetorik
Sie lernen die wichtigsten Grundlagen der Rhetorik kennen und können in unterschiedlichen Übungen Ihren persönlichen Redestil verbessern.
Kursinhalt: Einsatz von Mimik und Gestik, Selbstbild und Wirkung auf andere, Abbau von Hemmungen beim freien Reden, spontane und vorbereitete Meinungs- und Überzeugungsrede, Sachvortrag, verständliche Darstellung der Gedanken und Ideen.

JM 1140 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 4 x di 18.00 bis 21.00 Uhr · 19.7. bis 9.8.2011 · € 58.– · 12 Plätze

Rhetorik für Frauen
Kursziel: sicheres und authentisches Verhalten erreichen.
Kursinhalt: die Bedeutung der inneren Haltung für Ihre Glaubwürdigkeit und Sicherheit. Eine klare und eindeutige Sprache erhöht Ihre Überzeugungskraft. Die eigenen Interessen vertreten – ohne Aggression. Sich abgrenzen können – ohne Ausreden. Eine kurze Rede halten. Umgang mit Aufregung und Lampenfieber.

JM 1190 – Wochenendseminar – Innenstadt
Bettina Hof · Nur für Frauen · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · sa/so 10.00 bis 17.30 Uhr · 9./10.7.2011 · € 75.– · 12 Plätze

Präsenz und Ausstrahlung
Souveränes Auftreten und eine glaubwürdige Körpersprache sind ein Schlüssel zu Ihrem beruflichen Erfolg. Unter Anleitung eines Profischauspielers steigern Sie die Ausdruckskraft Ihrer Stimme und lernen Methoden kennen, sich eindrucksvoll zu präsentieren. Sie erkennen Ihre bisherigen Strategien, lernen, diese zu optimieren und erfahren, wie Sie sich auch in schwierigen beruflichen Situationen effektiv darstellen und mit Charme und Souveränität andere von sich überzeugen können.

JO 1230 – Wochenendseminar – Bogenhausen
Carsten Schleuß · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 79.– · 12 Plätze

Smalltalk im Beruf
Kursziel: Verbesserung der Kontakte im Beruf.
Kursinhalt: Gespräche beginnen, Kontakt aufbauen, Ideen zum Redeeinstieg, Gespräche positiv weiterführen, Themen und Methoden, die Bedeutung richtiger Fragen, Bedürfnisse der Gesprächspartner erkennen und nutzen, Bedeutung körpersprachlicher Aspekte, aktives Zuhören, Gesprächskiller erkennen und vermeiden.

JN 1315 – Sonntagsseminar – Moosach
Winfried Kaiphas · Kultur- und Bürgerhaus · Moosacher St.-Martins-Platz 2 · so 10.00 bis 17.30 Uhr · 24.7.2011 · € 42.– · 12 Plätze

NÄHER AM MÖGLICHEN
Zukunft lässt sich nicht vorhersagen. Aber gestalten.
Erfolg im Beruf – neben dem Beruf.
In Seminaren, Studiengängen oder Firmentrainings bietet die AKADEMIE HANDEL Qualifizierung, die aus der Praxis auf den Punkt kommt. Parallel zum Beruf, ohne unnötigen Ballast. Dafür mit persönlichem Engagement und über 200.000 Teilnehmern Erfahrung. Sie werden erwartet: www.akademie-handel.de
akademiehandel

Wirkungsvoll auftreten
Die Präsentation von Ergebnissen und der öffentliche Vortrag sind elementare Bestandteile des Erfolgs. Wer seine Gedanken präsentiert, präsentiert dabei auch sich selbst. Der Kurs vermittelt die Fähigkeit, eigene Gedanken und Positionen zu strukturieren und die Ergebnisse locker und angemessen vorzustellen. Mit diesem Rüstzeug lassen sich andere Menschen überzeugen und für die richtige Sache gewinnen.

JS 1350 – Samstagsseminar – Sendling
Chan Chaichalermpol · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.30 Uhr · 9.7.2011 · € 43.– · 12 Plätze · ♿

Souveränes Auftreten und Ausstrahlung
Ein Wochenendseminar für Frauen
An diesem Wochenende können Sie Ihren Blick schärfen für die Feinheiten Ihrer persönlichen Ausstrahlung – und für die unterschwelligen Signale, die Sie aussenden und von anderen empfangen. Das Seminar bietet Ihnen viele Möglichkeiten, Feedback zu bekommen und zu geben.
Die Themen: Welche Botschaften vermittle ich anderen durch mein Erscheinungsbild? Was ist eine starke Ausstrahlung? Wie komme ich besser bei anderen an? Praktische Übungen zur Selbstpräsentation. Was kann meine Kleidung für mich tun? Sie haben viel Zeit, innere und äußere Kraftquellen zu entdecken, um in Zukunft souveräner durchs Leben zu gehen.

JN 1403 – Wochenendseminar – Am Hart
Barbara Rietzsch · Nur für Frauen · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 15.00 Uhr · 16./17.7.2011 · € 58.– · 14 Plätze · ♿

Business-Knigge
Die Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale, die etikettemäßige Anrede und der richtige Umgang mit Titeln und Visitenkarten; das gekonnte Vorstellen; die geheimnisvolle Sprache von Gedeck und Besteck; die stilvollen Umgangsformen im Restaurant und Hotel; die passende Business-Kleidung. Abschließend erfahren Sie die „beliebtesten Fettnäpfchen" im Bereich des guten Benehmens. Am dritten Abend werden Tischsitten nach Knigge geübt – wahlweise am Kursort oder in einem Restaurant.

JN 1610 – Am Hart
Alfred F. Schmidt · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 3 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 15.9. bis 29.9.2011 · € 54.– · 12 Plätze · ♿

Souveränes Führen in Sandwich-Positionen
Das Jonglieren mit den Ansprüchen von oben und unten, mit unterschiedlichen Erwartungen und Anforderungen prägt die Führungsrolle in Sandwich-Positionen. Eine Klärung von Kompetenzen und eine gewisse „Eigen-Ständigkeit" können Überlastung oder Überforderung vorbeugen und zu Souveränität verhelfen.
Kursinhalt: Strukturen und Systeme im betrieblichen Umfeld; Klarheit gewinnen über die eigene Rolle. Wie meistere ich die Gratwanderung zwischen Eigen-Sinn und Anpassung? Grundlagen eines überzeugenden und klaren Auftretens; angemessenes Setzen von Prioritäten; richtiges Informations-Management.

JM 1712 – Wochenendseminar – Innenstadt
Margot Heinze-Ehrlich · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · sa/so 9.30 bis 17.30 Uhr · 30./31.7.2011 · € 110.– · 12 Plätze

Schauspieltechniken für Führungskräfte
Die Welt ist ein einziges Theater, heißt es. Dieses große Theater des Lebens hat die verschiedensten Spielplätze. Ein besonders wichtiger ist der Beruf. Auf dieser Bühne sind Ihre Auftritte von entscheidender Bedeutung. Denn nicht nur Ihre Kompetenz entscheidet über Ihren Erfolg, sondern wie Sie diese präsentieren. Genauso wie ein Schauspieler im Theater müssen auch Sie authentisch, glaubwürdig und überzeugend auftreten. Durch die wichtigsten Schauspieltechniken entdecken Sie neue Facetten Ihrer Persönlichkeit und erweitern Ihre Fähigkeiten, sich mit Körper, Sprache, Gestik, Mimik und Stimme mitzuteilen, durch Improvisationsübungen verbessern Sie Ihre Spontanität.
Angelika Beier und Walter Zauner sind Schauspieler, Kabarettisten und Regisseure. Sie führen seit längerem Workshops für Theater und Kommunikationskurse durch. Sie haben den Kabarettpreis der Stadt München erhalten, Walter Zauner zusätzlich den Ernst-Hoferichter-Literaturpreis.

JM 1770 – Wochenendseminar – Innenstadt
Angelika Beier/Walter Zauner · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 17.30 Uhr · 15./16.7.2011 · € 128.– · 14 Plätze

Junge Volkshochschule

Crashkurs: Ausstrahlung und Auftreten
Manche Menschen wirken gleich sympathisch und ihnen öffnen sich schnell viele Türen. Andere, die vielleicht etwas zurückhaltender sind, tun sich da schwerer. Dies ist im privaten Bereich wichtig, aber auch bei Referaten, Bewerbungsgesprächen oder ganz allgemein im Beruf.
Kursinhalt: der erste Eindruck; was sage ich nonverbal aus? Körpersprache und selbstsicherer Blickkontakt, positive Ausstrahlung, klare und direkte Kommunikation, Schlagfertigkeit.

JN 1340 – Am Hart
Walter Zauner · Nur für Teilnehmer/innen unter 25 Jahren · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · fr 17.00 bis 21.00 Uhr · 23.9.2011 · € 17.– · Ermäßigte Kursgebühr · 14 Plätze · ♿

Wirtschaft und Finanzen

Auskommen mit dem Einkommen
Was tun, wenn es finanziell enger wird?
Mit diesem Kurs sind Sie mindestens eine Nasenlänge voraus. Sie erhalten wertvolle Tipps zum cleveren Umgang mit Geld und erstellen Ihren persönlichen Haushaltsplan unter Anleitung eines ehemaligen Bankers. Es werden Ihnen Möglichkeiten zur Optimierung von Einkommen aufgezeigt, die Sie einfach und selbstständig umsetzen können. Welche Ausgaben lassen sich vermeiden? Gerne können Sie Ihre Fragen zum Thema mitbringen.
In Kooperation mit dem Caritas-Zentrum München-Nord.

BN 1015 – Nordhaide
Christian B. Rahe · Caritas-Zentrum München-Nord · Hildegard-von-Bingen-Anger 1 · do 18.00 bis 21.00 Uhr · 14.7.2011 · € 7.50 · 14 Plätze · ♿

Altersvorsorge macht Schule –
Die gesetzliche Rentenversicherung
Für die meisten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer ist die gesetzliche Rentenversicherung die Hauptsäule der Altersvorsorge. Was sie leistet, auch schon vor dem Erreichen der Altersgrenze, erfahren Sie in diesem 90-minütigen Vortrag. Inhalt: Altersrente – wie wird sie berechnet? Rente wegen Erwerbsminderung; die Renteninformation der gesetzlichen Rentenversicherung. Was brauche ich zusätzlich zur gesetzlichen Rente?

BS 1112 – Sendling
N.N. (Referent/in der Deutschen Rentenversicherung) · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 12.7.2011 · € 5.– · 14 Plätze · ♿

Früher in Rente
Früher den Ruhestand genießen? So wenig Rentenabschläge wie möglich? Sie erfahren von einer Rentenberaterin, wann und unter welchen Voraussetzungen Sie unter Berücksichtigung der Anhebung des Renteneintrittsalters auf 67 in Rente gehen können. Angesprochen wird auch der Übergang in die Rente bei Arbeitslosigkeit, Krankheit, Schwerbehinderung oder Altersteilzeit. Sie erhalten Tipps, wie Sie die hohen Rentenabschläge reduzieren können.
Aufgezeigt werden auch die häufigsten Fehler der Betroffenen, der Ärzte sowie der Behörden in Erwerbsminderungs- und Schwerbehindertenverfahren.

BN 1122 – Freimann
Claudia Büttner · Volkshochschule · Keilberthstr. 6, 2. Stock · mi 19.00 bis 21.00 Uhr · 20.7.2011 · € 9.– · 14 Plätze

Frauen sorgen für sich selbst (vor)
Finanzielle Absicherung für Frauen
Die finanzielle Absicherung ist für Frauen ein ganz wichtiges Thema. Viele Frauen verzichten zugunsten von Kindererziehung auf eine durchgehende Erwerbstätigkeit oder arbeiten Teilzeit und nehmen damit Einbußen bei der gesetzlichen Rente in Kauf. Auch Trennung oder Scheidung können die finanzielle Situation nachhaltig beeinträchtigen. Der Schwerpunkt des Vortrags liegt auf der Altersvorsorge: Was bringen einzelne Anlageformen (Riester-Rente, Basis-Rente, private Rentenversicherung, Festgeld, Anleihen, Aktien, Investmentfonds etc.) und welche staatlichen Zuschüsse gibt es? Wie können auch kleinere Beträge sinnvoll angelegt werden? Ausführliche Unterlagen werden im Kurs verteilt.

BN 1135 – Milbertshofen
Anette Röttcher · Nur für Frauen · BMW AG · Nachbarschaftsforum · Riesenfeldstr. 7 · 2 x mi 18.30 bis 20.00 Uhr · 14.9. und 21.9.2011 · € 14.– · 14 Plätze

Testament, Erbrecht und Schenkungen
Nur wer den Nachlass vorausschauend und korrekt regelt, stellt sicher, dass es später keine unnötigen Streitigkeiten und Steuerlasten gibt. Sie erhalten in diesem Seminar grundlegende Informationen zum Erb- und Steuerrecht wie gesetzliche Erbfolge und Pflichtanteile, Schenkungen, Testament, Steuerklassen und Freibeträge. Im Rahmen des Seminars werden Gestaltungsmöglichkeiten in Testament und Erbvertrag vorgestellt und auf rechtliche „Fallen" im Erbrecht hingewiesen. Was ändert sich mit dem neuen Erbschafts- und Erbschaftssteuerrecht?

BW 1182 – Laim
Markus Rainer · Volkshochschule · Fürstenrieder Str. 53 · mi 18.30 bis 20.30 Uhr · 13.7.2011 · € 12.50 · 14 Plätze · ♿

Die angewandte Baufinanzierung
Die Finanzierung spielt beim Kauf einer Immobilie eine zentrale Rolle, denn daran lässt sich langfristig spüren und ablesen, ob es sich um eine richtige Entscheidung gehandelt hat. Kursinhalt: Welches Eigenkapital brauche ich? Welche Möglichkeiten der Ansparung gibt es? Lohnt sich Immobilienerwerb? Finanzierungsquellen und -modelle sowie Finanzierungsfallen; erfolgreiche Wege zur Absicherung von Risiken; die steuerlichen Seiten einer Immobilie; Standortfaktoren; Fördermittel. Sie erhalten das notwendige Grundwissen zur eigenständigen Planung und zum sicheren Umgang mit Banken, Versicherungen, Bauträgern, Behörden.

BW 1210 – Sonntagsseminar – Pasing
Karl-Müller Lanzl · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 ·
so 10.00 bis 13.00 Uhr · 10.7.2011 · € 19.– · 14 Plätze · ♿

Meine erste Eigentumswohnung
Eine Immobilie kauft man nicht alle Tage. Der normale Käufer interessiert sich in der Regel ein bis zweimal im Leben für den Immobilienkauf. In der Praxis bedeutet dies oft, dass bei der größten Investition im Leben die wenigsten Kenntnisse vorhanden sind. Lassen Sie sich von Ihrem Traum aber nicht abbringen. Damit wirklich nichts schiefgeht, erfahren Sie hier alles zum Thema: Gleich neu, oder darf es auch gebraucht sein? Selber einziehen oder zuerst vermieten? Welcher Kaufpreis ist realistisch? Welche Kosten fallen sonst an? Ist die Lage wirklich so wichtig? Wie ist der technische Zustand der Wohnanlage? Mit welchen Reparaturen muss ich in den nächsten Jahren rechnen? Was erschwert den späteren Wiederverkauf? Im Kurspreis ist eine CD mit ausführlichen Informationen enthalten.

BO 1227 G – Samstagsseminar – Grünwald
Bernd Schwarz · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 16.7.2011 · € 49.50 · 14 Plätze · ♿

Das erfolgreiche Preisgespräch beim Immobilienerwerb
Wer hätte das nicht gerne – beim Immobilienkauf das berühmte „Schnäppchen" zu bekommen? Aber so einfach ist es nicht, den Angebotspreis herunterzuhandeln, wenn man die Spielregeln nicht kennt! Das Argument „das ist mir zu teuer" ist zwar stark, führt aber nicht zum gewünschten Erfolg. Da muss schon eine sorgfältige und kräftige Argumentationskette erarbeitet werden, damit der Verkäufer eine „gesichtsverträgliche" Motivation erhält, um von seinen Preisvorstellungen abzuweichen! Sie erfahren, wie dieses wichtige Gespräch vorbereitet und durchgeführt wird.

BM 1260 – Innenstadt
Bernd Weitzenbauer · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 ·
do 18.30 bis 21.00 Uhr · 21.7.2011 · € 18.50 · 14 Plätze

Bewertung von Immobilien
unter Berücksichtigung der Erbschaftsteuerreform
Dieser Vortrag gibt einen Überblick über die Faktoren, die den Wert einer Immobilie beeinflussen. Es wird unter anderem erläutert, welche Merkmale sich werterhöhend und welche sich wertmindernd auswirken können. Dabei wird insbesondere auf die gesetzlichen Neuregelungen der Grundstücksbewertung für die Erbschaft- und Schenkungsteuer eingegangen.

BS 1275 – Sendling
Dr. Daniela Schaper · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · di 19.00 bis 21.00 Uhr · 26.7.2011 ·
€ 18.50 · 14 Plätze · ♿

Schreibtechniken

Maschinenschreiben am PC
In den nachfolgenden Kursen erlernen Sie das Zehn-Finger-Tastsystem am Computer.
Es werden unterrichtsbegleitende Materialien zur Verfügung gestellt.

Maschinenschreiben am iMac in sechs Stunden
Nach nur sechs Stunden Unterricht blind mit zehn Fingern auf der Tastatur schreiben! Dass dieses neu entwickelte Konzept hält was es verspricht, haben einige unserer erfahrenen Dozentinnen getestet und bestätigt.
Kursinhalt: Erlernen des Zehn-Finger-Tastsystems mittels einer beschleunigenden Lehr- und Lernmethode. Erarbeitung der Ziffern und Zeichen.
Dieser Kurs wird am besonders benutzerfreundlichen iMac durchgeführt.
Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

JM 5402 – Samstagskurs – Innenstadt
Barbara Müller · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x sa 9.30 bis 12.30 Uhr · 6.8. und 13.8.2011 · € 69.– · 11 Plätze · ♿

Maschinenschreiben am PC in sechs Stunden
Nach nur sechs Stunden Unterricht blind mit zehn Fingern auf der Tastatur schreiben! Dass dieses neu entwickelte Konzept hält was es verspricht, haben einige unserer erfahrenen Dozentinnen getestet und bestätigt.
Kursinhalt: Erlernen des Zehn-Finger-Tastsystems mittels einer beschleunigenden Lehr- und Lernmethode. Erarbeitung der Ziffern und Zeichen.
Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

JM 5430 – Samstagskurs – Innenstadt
Marianne Sieger · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x sa 13.00 bis 16.00 Uhr · 16.7. und 23.7.2011 · € 69.– · 10 Plätze · ♿

Prüfung in Maschinenschreiben am PC
Für all diejenigen, die einen Nachweis benötigen, bieten wir die Prüfung auf der Grundlage der Prüfungsordnung an bayerischen Schulen an.
Prüfung: Zehn-Minuten-Sicherschreiben, Textgestaltung (DIN 5008), Textorganisation.
Weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon (089) 27 37 34-12.

JM 5600 – Prüfung – Innenstadt
Margit Hofer · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · fr 17.30 bis 20.30 Uhr · 29.7.2011 · € 45.– · Keine Ermäßigung · 10 Plätze · ♿

EDV

aperitif – das Infoprogramm der MVHS und der Münchner Stadtbibliothek
Notebook-Kauf leicht gemacht
Diese Veranstaltung gibt Ihnen eine Hilfestellung zum Kauf eines Notebooks unter Berücksichtigung Ihrer Vorstellungen und Bedürfnisse. Voraussetzung ist das Interesse an aktuellen Notebooks.
Kursinhalt: Abgrenzung (Handy, Organizer, Netbook, Notebook); Anforderungen und Idealmerkmale; Unterscheidungskriterien aktueller Geräte; Computerzubehör.

JN 6072 – Harthof
Monika Baur · Stadtbibliothek Harthof · Parlerstr. 74 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 12.7.2011 · € 10.– · 8 Plätze · ♿

IT-Grundlagen und Betriebssysteme

Computerkauf – darf's auch ein Mac sein?
Was ist das Besondere an einem Apple Gerät (iPad, Mac) und wo sind die Vor und- Nachteile? Kursinhalt: Gerätearten und -klassen; Vor- und Nachteile; Mehrwert; Umstiegsprobleme Geräteüberblick; Kauf- und Konfigurationstipps.

JM 6125 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo 13.00 bis 16.00 Uhr · 1.8.2011 · € 35.– · 11 Plätze · ♿

Computer-Grundkurs
mit Windows 7 und Office 2010
Sie wollen Briefe schreiben, ein Fahrtenbuch oder Haushaltsausgaben berechnen, Ihre Bilder als Diashow präsentieren und Informationen aus dem Internet beschaffen? Dann entdecken Sie hier, wie einfach moderne Computer, Betriebssysteme und Programme zu bedienen sind und wie schnell man zu perfekten Ergebnissen kommt.
Kursinhalt: Der Computer und seine Bestandteile; Dateien, Programme und Betriebssysteme; Arbeitstechniken am Windows-PC; Ordnung schaffen auf dem Desktop und bei der Dateiablage; Briefe schreiben, gestalten, speichern und drucken; fortgeschrittene Textverarbeitungsfunktionen; Einblick in die Tabellenkalkulation; Berechnungen mit Funktionen; Zahlen als Diagramm darstellen; Präsentationen mit PowerPoint erstellen, speichern, drucken und vorführen; Aufbau von Netzwerken; Surfen im Internet; Informationen im Internet gezielt suchen und finden.

JM 6140 – Kompaktkurs/5 Tage – Innenstadt
Michael Bauer · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo bis fr 9.30 bis 16.30 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 270.– · 14 Plätze · ♿

Mac Basics
Think different! You've seen the new Apple store at Marienplatz, and you've heard all about iPads, iPods and iPhones. There are many reasons to switch over to using a Mac: elegance, style, easy to use, virus protection and many more. But switching to a Mac might be tricky, even for experienced PC users. Our Mac OS X: Basic Training course will get you up to speed on your Mac by showing you how to do all the basics: finding your way around, E-Mail, Internet, working with files, and more. Here you will see that anything a PC can do, a Mac can do better! This class is perfect for people of all ages and backgrounds, even if you've never used a computer before.
Kursinhalt: PC to Mac equivalents, using the Dock, searching with spotlight, working with windows and menus, the applications folder and a comprehensive overview of the System Preferences.

JM 6200 – Innenstadt
R. Sean McDonald · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo bis fr 9.30 bis 12.30 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 159.– · 11 Plätze · ♿

Computer-Grundkurs
Wie bediene ich einen Windows 7-Computer?
Sie möchten gerne Texte am Computer schreiben oder eine Liste anlegen und lernen, wie man seine Unterlagen so speichert, dass man alles leicht wiederfindet? Wenn Sie schon einmal mit Maus und Tastatur geübt haben, dann entdecken Sie jetzt, was sich hinter dem Startsymbol auf dem Bildschirm verbirgt: Sie werden sehen, dass man auch am Computer Dokumente in Ordnern ablegen kann. Sie üben, wie Sie Texte in eine ansprechende Form bringen und lernen, wie Sie einen Text in ein anderes Dokument einfügen. Schließlich zeigen wir Ihnen, wie Sie einen E-Mail-Zugang bekommen, was das Internet ist und wie Sie im Internet durch das Web surfen können.
Wenn Sie noch routinierter mit Ordnern und Dateien umgehen können wollen, empfehlen wir Ihnen die Kurse „Dateimanagement". Die weitergehende Bedienung des Computers wird in dem „Computer-Aufbaukurs" behandelt.

JM 6211 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x mo/mi/fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 1.8. bis 12.8.2011 · € 159.– · 10 Plätze · ♿

Dateimanagement
Hat sich auch bei Ihnen im Datei-Ordner das Chaos eingeschlichen? Nicht nur die Festplatten nehmen immer größere Datenmengen an Textdateien und Bildern auf. Auch auf USB-Sticks, CDs und DVDs können Ihre Dokumente und Photos gespeichert werden. Deshalb ist Ordnung halten – auch auf dem PC – wichtig.
Voraussetzung für diesen Kurs sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Datenmüll entfernen, Ordnerstrukturen aufbauen und nutzen; Dateien löschen, verschieben und kopieren.

JW 6270 – Pasing
Dr. Franz Benker · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.7.2011 · € 35.– · 9 Plätze

JW 6272 – Pasing
Claudia Müller · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · do 9.00 bis 12.00 Uhr · 28.7.2011 · € 35.– · 9 Plätze

iMac-Praxis für Windows-Nutzer
Sie kennen Windows oder arbeiten mit Windows und möchten wissen, was am Mac OS X dran ist, wo es anders ist und wo man bei der Nutzung umdenken sollte.
Voraussetzung sind Erfahrungen im Umgang mit Windows.
Kursinhalt: Unterschiede zum Windows-PC; Umgang mit Maus und Tastatur; Benutzeroberfläche, Finder; Dateisysteme und Ansichten; Umgang mit dem Dock; Systemeinstellungen; Programminstallationen; Tipps für Umsteiger.

JM 6402 – Innenstadt
R. Sean McDonald · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 25.7.2011 · € 35.– · 11 Plätze · ♿

Computer-Aufbaukurs: Windows 7 für Anwender
Wer bereits Computer-Kenntnisse (entsprechend dem Computer-Grundkurs) hat, entdeckt die Anwendungs- und Wartungsprogramme sowie weitergehende Konfigurationsmöglichkeiten des Betriebssystems Windows 7.
Kursinhalt: Überblick über das Betriebssystem Windows; Tipps und Tricks zur Verwaltung von Dateien und Ordnern; Systemeinstellungen und -optimierung; Gestaltung der Arbeitsoberfläche; Zusatzprogramme und Tools von Windows; Windows XP-Modus; CDs und DVDs brennen.

JS 6444 – Sonntagskurs – Sendling
Raimund Ittlinger · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x so 9.30 bis 16.30 Uhr · 17.7. und 24.7.2011 · € 119.– · 9 Plätze · ♿

Hardware, Netzwerke und Programmierung

Festplattensicherung mit True Image

Eine Datensicherung, flexibel, einfach und schnell kann ganz leicht sein: Sie erfahren, wie man ein Abbild einer Festplatte erstellt oder den Platteninhalt dupliziert und bei Bedarf (Virusbefall, instabilen Anwendungen, Festplattendefekten oder Datenverlust) den gesicherten Zustand wiederherstellt.
Kursinhalt: Einsatzmöglichkeiten von True Image; Backup und Wiederherstellung von Partitionen und Festplatten; Klonen von Laufwerksinhalten; Sicherungsstrategien.

JG 6640 – Samstagsseminar – Innenstadt
Hermann Gusmik · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 9.30 bis 15.00 Uhr · 30.7.2011 · € 45.– · 8 Plätze · ♿

Einführung in VPN mit Windows 7

Datenschutz und Datenintegrität spielen eine immer größere Rolle, gerade auch im Datenverkehr eines Netzwerkes.
Mit OpenVPN lässt sich nicht nur unter Linux und Unix eine sichere Netzwerkverbindung einrichten, sondern auch unter Windows.
Kursinhalt: Voraussetzung, Installation und Einrichtung von OpenVPN für eine sichere Kommunikationsverbindung unter Windows (ab XP).
Voraussetzungen: Gute Betriebssytemkenntnisse in Windows und Netzwerkgrundkenntnisse.

JM 6690 – Samstagsseminar – Innenstadt
Raimund Ittlinger · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · sa 9.30 bis 16.30 Uhr · 6.8.2011 · € 69.– · 10 Plätze · ♿

Praktische Einführung in die Programmierung mit VB for Applications (VBA)

Visual Basic for Applications ist die Programmiersprache für Office-Anwendungen. Sie erhalten eine praxisnahe Einführung in die Logik des Programmierens mit VBA und lernen, eigene Programme zu erstellen. Voraussetzungen sind Erfahrungen mit Word und Excel.
Kursinhalt: Grundlagen der Software-Entwicklung; Programmiersprachen und Werkzeuge (Editor, Interpreter, Compiler); Grundlagen der Makroprogrammierung; Aufzeichnen mit dem Makrorekorder; Sprachgrundlagen von Visual Basic; Kontrollstrukturen; Datentypen; Ein- und Ausgabedialoge und Meldungen; Prozeduren und Funktionen; Objekte; Objektmodelle von Word und Excel; Algorithmen; Fehlersuche und Fehlerbehebung.

JM 6814 – Innenstadt
Raimund Ittlinger · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 22.7. und 29.7.2011 · 2 x sa 9.30 bis 16.30 Uhr · 23.7. und 30.7.2011 · € 169.– · 10 Plätze · ♿

Einführung in die Programmierlogik

Die der Entwicklung von Lösungsalgorithmen zugrunde liegenden Arbeitsschritte werden programmiersprachenunabhängig vermittelt.
Voraussetzungen sind PC- und Betriebssystem-Erfahrungen.
Kursinhalt: Grundlagen der Software-Entwicklung; Programmiersprachen und Werkzeuge (Editor, Interpreter, Compiler); grundlegende Sprachelemente und Darstellungsmittel für Programmabläufe; Kontroll- und Datenstrukturen; Prozeduren und Funktionen; Algorithmen; Theorie der objektorientierten Programmierung.

JM 6842 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · sa/so 9.30 bis 16.30 Uhr · 6./7.8.2011 · € 119.– · 10 Plätze · ♿

Office-Anwendungen

Office 2010 – Basiskurs mit Outlook
In dieser praktischen Einführung lernen Sie die Office 2010 Programme Word, Excel, PowerPoint und Outlook kennen.
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Texte in Word erfassen, korrigieren und Schriften formatieren, Absatzformatierungen; Einsatz von Formatvorlagen; Änderungen im Seitenlayout; Drucken und Speichern von Dokumenten;
Excel-Zellen adressieren, Inhalte formatieren; Rechenzeichen in Excel; einfache Berechnungen mit absoluten und relativen Zelladressen; Editieren und Anpassen von Tabellen; erste einfache Funktionen;
Einsatz der PowerPoint-Vorlagen und Designs; Texteingabe, -korrektur und Schriftformatierung; Einfügen von Grafikelementen; Umgang mit Folien; Präsentieren, Speichern und Drucken;
Erstellen und Verwalten von E-Mails, Erfassung von Kontakten und Terminen (ohne Exchange-Zugriff).

JM 7028 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo bis do 9.00 bis 12.00 Uhr · 1.8. bis 4.8.2011 · € 129.– · 10 Plätze · ♿

JM 7029 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x di/do 18.00 bis 21.00 Uhr · 2.8. bis 11.8.2011 · € 129.– · 10 Plätze · ♿

Office 2010-Aufbaukurs: Texte bearbeiten, Tabellen berechnen und Präsentationen erstellen
Vorkenntnisse entsprechend dem „Office-Basiskurs" sind erforderlich.
Kursinhalt: Die Benutzeroberfläche mit Livevorschau, Multifunktionsleiste, Symbolleiste für den Schnellzugriff, Arbeiten mit dem Hilfesystem;
Texte erfassen und gestalten mit Word; Listen, Aufzählungen und Tabellen; Grafiken einfügen; Umgang mit Schnellbausteinen und Vorlagen; Verweise und Verzeichnisse; Umgang mit Excel-Arbeitsmappen; effektive Tabellenbearbeitung; Formeln und Funktionen; Formatieren von Arbeitsblättern; Diagramme erstellen; Umgang mit großen Tabellen;
Arbeiten mit PowerPoint-Vorlagen; Gestaltung von Folien; Erstellen eigener Vorlagen; Drucken und speichern.

JM 7030 – Innenstadt
Julia Büchler · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 3 x so 9.30 bis 16.30 Uhr · 17.7. bis 31.7.2011 · 2 x mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 18.7. und 25.7.2011 · € 229.– · 14 Plätze · ♿

Word 2010 – Basiskurs
In dieser kurzen, praktischen Einführung erstellen Sie einen Brief mit dem Textverarbeitungsprogramm Word.
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Texteingabe, -korrektur und Schriftformatierung, Absatzformatierungen; Einsatz von Formatvorlagen; Änderungen im Seitenlayout; Drucken und Speichern von Dokumenten.

JG 7052 – Innenstadt
Esra Duz · Für Teilnehmende mit Deutsch als Fremd- oder Zweitsprache · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 29.7.2011 · € 35.– · 8 Plätze · ♿

JM 7053 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo 13.00 bis 16.00 Uhr · 1.8.2011 · € 35.– · 10 Plätze · ♿

Excel 2010 – Basiskurs
In dieser kurzen, praktischen Einführung erstellen Sie eine Kalkulationstabelle mit Summen- und Prozentberechnungen und Sie passen die Zellformate an.
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Zelleninhalte, -darstellungen und -formatierungen; Rechenzeichen in Excel; einfache Berechnungen mit absoluten und relativen Zelladressen; Editieren und Anpassen von Tabellen; einfache Funktionen.

JM 7129 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · di 13.00 bis 16.00 Uhr · 2.8.2011 · € 35.– · 10 Plätze · ♿

JW 7144 – Pasing
Barbara Müller · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · do 18.00 bis 21.00 Uhr · 28.7.2011 · € 35.– · 9 Plätze

Excel für Fortgeschrittene
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Tabellen berechnen mit Excel 2010".
Kursinhalt: Arbeiten mit und Verwalten von mehreren Tabellenblättern; Erstellen einfacher Diagramme; Erstellen, Bearbeiten und Einfügen von Zeichnungselementen; Wiederholung und Vertiefung der Funktionen, Verweise und Bedingungen; die wichtigsten Operatoren, Funktionen und Zellformate; Tipps zum Bearbeiten großer Tabellen; Erstellen spezieller Diagramme.

JM 7180 – Kompaktkurs/3 Tage – Innenstadt
Martin Taubenberger · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mi/do/fr 9.00 bis 16.00 Uhr · 20./21./22.7.2011 · € 169.– · 10 Plätze · ♿

JS 7182 – Samstagskurs – Sendling
Raimund Malischek · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 3 x sa 9.00 bis 16.00 Uhr · 9.7. bis 23.7.2011 · € 169.– · 9 Plätze · ♿

PowerPoint 2010 – Basiskurs
In dieser praktischen Einführung erstellen Sie eine eigene kurze Präsentation.
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Einsatz der PowerPoint-Vorlagen und Designs; Texteingabe, -korrektur und Schriftformatierung; Einfügen von Grafikelementen; Umgang mit Folien; Präsentieren, speichern und drucken.

JM 7215 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mi 13.00 bis 16.00 Uhr · 3.8.2011 · € 35.– · 10 Plätze · ♿

Workshop: Mit PowerPoint 2003 rationell arbeiten
Sie arbeiten bereits mit Word oder Excel und wollen sich jetzt intensiv und schnell in PowerPoint einarbeiten? Nach diesem Kurs sind Sie in der Lage, Ihre Projekte in kurzer Zeit in spannende, anschauliche Präsentationen umzusetzen.
Mit vielen Übungen, Tipps und Tricks aus der Praxis.
Kursinhalt: Eigene Vorlagen erstellen; Master-Einstellungen; Text- und Grafikelemente sinnvoll einsetzen; Organigramme und Diagramme aus Excel übernehmen; Druckoptionen; eindrucksvoll und überzeugend präsentieren mit Animationen, Folienübergängen und Hyperlinks ins Internet oder zu anderen Office-Dateien.

JG 7270 – Samstagsseminar – Innenstadt
Rosa Ruttmar · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · sa 9.30 bis 16.30 Uhr · 9.7.2011 · € 69.– · 8 Plätze · ♿

Workshop: PowerPoint
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Präsentationen erstellen mit PowerPoint 2010".
Kursinhalt: Grafische Spezialthemen; Texteffekte; exklusive Bildschirmübergänge; manuelle und automatische Bildschirmshow; Einbindung von Audio und Video; interaktive Möglichkeiten innerhalb der Show; Projektor.

JM 7272 – Innenstadt
Ingrid Riedl · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x fr 18.00 bis 21.00 Uhr · 15.7. und 22.7.2011 · € 69.– · 14 Plätze · ♿

Outlook 2010 – Basiskurs
In dieser kurzen, praktischen Einführung lernen Sie die Hauptbestandteile des E-Mail- und Verwaltungsprogramms Outlook kennen. Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Erstellen und Verwalten von E-Mails, Kontakten, Terminen und Aufgaben.
Der Kurs richtet sich an private und geschäftliche Nutzer ohne den Einsatz eines Exchange-Servers.

JM 7280 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · do 18.00 bis 21.00 Uhr · 21.7.2011 · € 35.– · 14 Plätze · ♿

JM 7283 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · do 13.00 bis 16.00 Uhr · 4.8.2011 · 10 Plätze · ♿

Publisher Basiskurs
In dieser kurzen, praktischen Einführung erstellen Sie eine erste Broschürenvorlage mit dem MS-Publisher 2010.
Kursinhalt: Erstellen von einfachen Musterpublikationen und erste individuelle Anpassungen.

JW 7290 – Pasing
Annick Dumas · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 13.7.2011 · € 35.– · 9 Plätze

Access VBA-Programmierung
Voraussetzungen sind gute Access-Kenntnisse und Kenntnisse der Programmierlogik.
Kursinhalt: Umgang mit Makros (aufzeichnen, speichern, bearbeiten, ausführen, verwalten); Programmelemente; Prozeduren und Funktionen; Programmierhilfen und Fehlersuche; Dialoge und Befehlsleistenprogrammierung.

JG 7324 – Sonntagskurs – Innenstadt
Johannes Leischnig · Volkshochschule · Gasteig · Rosenheimer Str. 5 · 2 x so 9.30 bis 16.30 Uhr · 24.7. und 31.7.2011· € 109.– · 8 Plätze · ♿

PDF erstellen mit kostenlosen Programmen
PDF – das PortableDocumentFormat hat sich als ein Dateiformat zur Weitergabe von gestalteten Dokumenten mit gleichbleibendem Drucklayout etabliert, sei es für das Web oder den Vier-Farben-Druck.
Nur um gelegentlich PDF-Dateien herzustellen oder Texte und Bilder daraus auszukopieren, müssen Sie nicht auf teure Programme zurückgreifen. Dafür stehen auch kostenlose Programme bzw. günstige Shareware-Programme zur Verfügung.
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs" und Kenntnisse in der Textverarbeitung.
Kursinhalt: PDF-Dateien erzeugen; Kopieren von Texten und Bildern aus PDF-Dateien; Rekonstruktion in wieder bearbeitbare Text-Dateien.

JW 7382 – Pasing
Klaus Gölker · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 11.7.2011 · € 35.– · 9 Plätze

Grafik-Anwendungen

GIMP-Aufbaukurs: Bildcollagen und eigene Bildelemente
Egal, ob Sie Bilder mit Effekten „aufpeppen" oder aus Ihren Aufnahmen Bildcollagen herstellen möchten: das kostenlose Bildbearbeitungsprogramm GIMP macht´s möglich. Damit können Sie dann auch „zaubern" – und Panoramaaufnahmen zusammenfügen, effektvolle Grafiken und eigene Grußkarten erstellen oder auch Schwarzweißfotos einfärben. Voraussetzung sind Windows-Kenntnisse und Erfahrung im Umgang mit dem GIMP oder einem anderen Bildbearbeitungs-Programm.
Kursinhalt: Grundlegendes zum Arbeiten mit Ebenen und Masken; Bildretusche mit Masken und Füllwerkzeugen (Foto-Sandwich); einfache Bildobjekte selbst erzeugen: Masken, Mal- und Füllwerkzeuge; Bildelemente ausschneiden und collagieren; Text und Schatteneffekte; Schwarzweißfotos bearbeiten und nachträglich colorieren.

JW 7402 – Pasing
Klaus Gölker · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 · 2 x mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 18.7. bis 27.7.2011 · € 119.– · 9 Plätze

Einführung in Photoshop CS
Photoshop ist eines der mächtigsten Bildbearbeitungsprogramme. In diesem Kurs werden die Grundlagen für den Einsatz des Programmes vermittelt.
Voraussetzungen sind Computer-Grundkenntnisse und Erfahrungen im Umgang mit einer grafischen Benutzeroberfläche.
Kursinhalt: Arbeitsumgebung und Grundbegriffe der Bildbearbeitung (Pixel, Vektor, Auflösung, Dateiformate); grundlegende Funktionen von Photoshop (Umgang mit Auswahlwerkzeugen, Farbbearbeitung, Farbmodi, einfache Filter); Grundlagen der Bildoptimierung; erste Erfahrungen im Umgang mit Ebenen.

JM 7432 – Samstagskurs – Innenstadt
Sarah Burghardt · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x sa 9.30 bis 16.30 Uhr · 23.7. und 30.7.2011 · € 109.– · 14 Plätze · ♿

Photoshop CS – Automatisierung: Einsatz von Aktionen, Droplets und automatischen Funktionen
Adobe Photoshop CS bietet die Möglichkeiten, sich wiederholende Arbeitsabläufe in Aktionen aufzuzeichnen und danach immer wieder einzusetzen. Vorbereitete automatisierte Arbeitsabläufe vereinfachen viele Aufgaben. Verschiedene automatische Programmfunktionen ermöglichen es ohne großen Aufwand, Bilder zu Panoramen zusammenzufügen oder störende Bildobjekte zu entfernen. Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Einführung in Photoshop".
Kursinhalt: Arbeitsabläufe automatisieren; Aufzeichnen als Aktion bzw. Droplet; Panoramen automatisch erstellen mit Photomerge; Bildelemente entfernen mit „Ebenen automatisch ausrichten".

JM 7472 – Innenstadt
Klaus Gölker · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 13.7.2011 · € 35.– · 14 Plätze · ♿

Einführung in Adobe Illustrator
Voraussetzungen sind der sichere Umgang mit Dateien und Ordnern und Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Grundlegende Funktionen; Objekte, Flächen, Konturen und Pfade erstellen und editieren; Farbverläufe, Muster und Transparenzen; Text erzeugen und bearbeiten; Bilder importieren; Umgang mit Ebenen.

JM 7495 – Innenstadt
N.N. · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo/di 9.30 bis 16.30 Uhr · 8./9.8.2011 · € 119.– · 14 Plätze · ♿

InDesign für Fortgeschrittene
Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Einführung in InDesign".
Kursinhalt: Fortgeschrittene Rahmentechniken; Anlegen von Bibliotheken; Beispieldokumenttypen (Briefbögen, Einladungen, Visitenkarten, Plakate, Broschüren, Zeitungen); Drucken, Belichten und PDF-Export; Tipps zum optimalen Arbeiten.

JM 7542 – Sonntagskurs – Innenstadt
Ullrich Mill · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 3 x so 9.30 bis 16.30 Uhr · 17.7. bis 31.7.2011 · € 169.– · 10 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Dateimanagement
Hat sich auch bei Ihnen im Datei-Ordner das Chaos eingeschlichen?
Nicht nur die Festplatten nehmen immer größere Datenmengen an Textdateien und Bildern auf. Auch auf USB-Sticks, CDs und DVDs können Ihre Dokumente und Photos gespeichert sein. Deshalb ist – auch auf dem PC – Ordnung halten wichtig, damit man seine Schätze wieder findet.
Voraussetzung für diesen Kurs sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs".
Kursinhalt: Sie lernen, Datenmüll zu entfernen, Ordnerstrukturen aufzubauen und Dateien zu verschieben und zu kopieren.
Mit viel Zeit zum Üben.

JO 7790 – Giesing
Maria Hollfelder · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Severinstr. 6 · 2 x di 13.30 bis 16.30 Uhr · 19.7. und 26.7.2011 · € 49.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 8 Plätze

Internet und Multimedia

aperitif – das Infoprogramm der MVHS und der Münchner Stadtbibliothek
Einkaufen und Bezahlen im Internet
In Online-Shops werden alle erdenklichen Waren und Dienstleistungen angeboten. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie online einkaufen und die erworbenen Waren anschließend sicher bezahlen können.

JW 8032 – Neuhausen
Monika Baur · Stadtbibliothek · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171a · mi 19.15 bis 20.45 Uhr · 27.7.2011 · € 10.– · 8 Plätze · ♿

Facebook, Lokalisten, MySpace
Communities im Überblick
In den großen Netzgemeinschaften, den sogenannten Communities, begegnen sich täglich tausende Menschen, die sich austauschen, informieren und diskutieren. Dieser Kurs bietet einen Überblick zu den wichtigsten Communities und ermöglichst einen Blick auf deren Funktionsweise und Möglichkeiten.

JS 8041 – Sendling
Wilhelm Weller · Stadtbibliothek Sendling · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · do 16.00 bis 17.30 Uhr · 14.7.2011 · € 10.– · 8 Plätze · ♿

Internet Spezial

Twitter, Facebook, RSS – was ist das eigentlich?
Die Internetgemeinde spaltet sich derzeit auf: in jene Menschen, die das Internet klassisch für E-Mails und zum Surfen nutzen, und solche, die sich dazu u. a. noch mit Twitter, Facebook, YouTube und MySpace auskennen. Während das „alte" Internet eine Einbahnstraße für Informationen war, setzt das „neue" auf Kommunikation. An diesem Abend bekommen Sie einen Überblick über die fünf wichtigsten Säulen des Web 2.0: das soziale Netzwerk Facebook, den Mikroblogging-Dienst Twitter, den Nachrichtenticker RSS, das Schmöker-Tagebuch Blog und das alternative Radio Podcasting.

JN 8128 – Am Hart
Hartmut Grawe · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · di 18.00 bis 21.00 Uhr · 2.8.2011 · € 29.– · 8 Plätze · ♿

FTP – Up- und Download aus dem Netz
Freeware-Programme, ein Update für den Virenscanner und vieles mehr – aktuelle Downloads lassen sich mit FTP, dem file transfer protocol, schnell und unkompliziert aus dem Web laden. Auch zur Pflege der eigenen Homepage ist dieser Internetdienst zusammen mit FTP-Clients wie dem kostenlosen Filezilla unverzichtbar.
Kursinhalt: Begriffsklärung Download/Upload; Funktionen eines FTP-Programms (z. B. Filezilla, WS_FTP), Zugang zu Fileservern einrichten, Dateien herunterladen, Übertragen einer Website ins Internet; Filesharing und Webkommunikation mit Skype.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

JM 8140 – Innenstadt
Klaus Gölker · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · di 18.00 bis 21.00 Uhr · 12.7.2011 · € 29.– · 9 Plätze · ♿

Ebay für Fortgeschrittene – Workshop
Dieser Workshop richtet sich an private Ebay-User, die mit den Grundprinzipien des Ebay-Handels bereits vertraut sind. Sie lernen, wie Sie erfolgreich bieten, vor allem aber, wie Sie Ihre Verkäufe professioneller gestalten und verwalten.
Kursinhalt: Artikel einstellen – Schritt für Schritt; Verkaufsabwicklung; Angebotsseiten mit Verkaufstexten und Produktfotos professionell gestalten; Verkaufsstrategien und -taktiken; laufende Angebote verwalten; Hintergründe für erfolgreiches Bieten; Tipps zu Gebührenreduzierung und Verkaufstiming; hilfreiche Webseiten und Tools.
Inhaltliche Vorschläge zum Kurs können dem Dozenten schon vor Kursbeginn unter vhs.ebay@web.de mitgeteilt werden.
Voraussetzungen: eBay-Mitgliedschaft, gute Internetkenntnisse bzw. Kenntnisse entsprechend den Kursen „Ebay & Co. – Onlineauktionen im Griff", Erfahrungen mit dem Verkauf und Kauf bei eBay.

JM 8170 – Innenstadt
Christian Schütz · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x di 18.00 bis 20.00 Uhr · 19.7. und 26.7.2011 · € 39.– · 9 Plätze · ♿

Webtrends

Workshop Suchmaschinenoptimierung:
So wird aus einer guten Website ein erfolgreicher Webauftritt!
Websites und Blogs sind nur erfolgreich, wenn sie ihr Zielpublikum erreichen. Mit den richtigen Methoden bei der Website- und Suchmaschinenoptimierung steigen auch für Vereine, kleine Firmen oder Hobby-Blogs die Chancen, bei Google die Konkurrenz zu den Marketing-Budgets großer Konzerne ohne hohen finanziellen Aufwand zu bestehen.
Kursinhalt: Onpage-Optimierung: Analyse und Optimierung von Site-Strukturen, HTML-Code und Texten; Keyword-Recherche; Linkgenerierung: kostenfreie Methoden und Tricks; Marketing: zielgerichteter Einsatz von Facebook, Twitter, Foren, Newsletter & Co.
Voraussetzung: Internetgrundkenntnisse, Basiswissen zu Suchmaschinenoptimierung entsprechend den Kursen „Top-Positionen für Ihre Website – Erfolg durch Suchmaschinenoptimierung" (JN 8220 bis JW 8224).

JM 8225 – Innenstadt
Ernst Dietrich · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo/di 9.00 bis 16.00 Uhr · 1./2.8.2011 · € 159.– · 10 Plätze · ♿

Webdesign und Webentwicklung

HTML-Zusatzwissen: modernes Webseiten-Layout mit CSS – Aufbaukurs

Cascading Style Sheets (CSS) haben HTML-Tags nicht nur bei der Schriftformatierung abgelöst, sondern sind gerade dabei, das klassische Tabellenlayout zu ersetzen. Egal, ob der Inhaltsbereich flexibel oder unveränderlich sein soll, mit CSS lässt sich jedes beliebige Layout realisieren.
Kursinhalt: Wiederholung der Grundlagen; CSS-Selektoren einsetzen; Vererbung; CSS-Positionierungstechniken; fließendes Layout mit float; eigene Layouts entwickeln; Übungen und Praxisbeispiele.
Als Vorbereitung zu diesem Kurs empfehlen wir die Kurse „HTML und CSS – Grundkurs für Einsteiger" bzw. bei vorhandenen HTML-Kenntnissen den Kurs „HTML-Zusatzwissen: Cascading Style Sheets – Grundlagen".

JM 8277 – Innenstadt
Dr. Florence Maurice · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 20.7. und 27.7.2011 · € 64.– · 9 Plätze · ♿

Sichere Webanwendungen mit PHP

Millionenfach eingesetzt überzeugt PHP durch einfache Anwendbarkeit bei hoher Leistungsfähigkeit. Doch wer mit PHP Webanwendungen entwickelt, sollte auch darauf achten, sicher und damit besser zu programmieren. In diesem Kurs erfahren PHP-Entwickler, welche Sicherheitslücken und Risiken bestehen, was die häufigsten Fehler bei PHP-Projekten sind und wie Sie diese erkennen und beseitigen können.
Kursinhalt: Konfiguration von PHP unter Sicherheitsaspekten; typische Sicherheitslücken; korrekte Überprüfung von Variablen; Angriffsmethoden: SQL-Injection; Cross-Site-Scripting u. a.; Angriffe gegen Sessions und Upload-Formulare; Parametermanipulation, Konzepte zur Fehlervermeidung; Tipps aus der Praxis.
Voraussetzungen: Kenntnisse entsprechend den Kursen „Dynamische Webseiten mit PHP – Einführung in die Webprogrammierung". MySQL-Kenntnisse sind von Vorteil.

JM 8305 – Innenstadt
Ernst Dietrich · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo/mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 11./13.7.2011 · € 69.– · 10 Plätze · ♿

Ajax und PHP kompakt
Die eingesetzten Technologien sind nicht neu, dennoch erlebt AJAX, als „neue" Webtechnologie derzeit ihren Durchbruch. Mit AJAX erhalten Internetanwendungen Interaktionsmuster, die an lokale Anwendungsprogramme erinnern. Dieser Kurs bietet eine solide Einführung in die Erstellung von Internetseiten mit AJAX und PHP.
Kursinhalt: Begriffsbestimmung AJAX; Einsatz von AJAX – Vor- und Nachteile; Technologieüberblick: JavaScript, DOM, XHTML/HTML, XML, CSS, JSON, PHP; Cross-Browser-Programmierung; Ajax und PHP – dynamisches Erzeugen und Laden von XML-Dateien, JSON-Dateien; Daten mit AJAX zur serverseitigen Auswertung mit PHP senden; Einführung in jQuery; Anwendungsbeispiele und Praxistipps.
Voraussetzung: gute HTML-/CSS-Kenntnisse und PHP-Grundlagenkenntnisse; XML- und JavaScript-Kenntnisse sind von Vorteil.

JM 8310 – Sonntagskurs – Innenstadt
Ernst Dietrich · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 3 x so 9.30 bis 16.30 Uhr · 24.7. bis 7.8.2011 · € 199.– · 12 Plätze · ♿

Webauftritte gestalten
Workshop Adobe Dreamweaver
Dieser Workshop baut auf dem Einführungskurs auf und vertieft die dort erworbenen Kenntnisse. Im Mittelpunkt steht das Thema „Weblayout mit Cascading Style Sheets (CSS)". Nach einer Wiederholung der CSS-Grundlagen wird gezeigt, wie man diese Technologie für das Layout von Webseiten einsetzen kann. Dazu wird zunächst ein einfaches, aber realistisches Layoutbeispiel ausführlich analysiert und Schritt für Schritt erklärt.
Anschließend werden die Teilnehmer/innen dieses Beispiel mit Dreamweaver selbst praktisch nachvollziehen und sich so eine gute Basis für die Entwicklung einer eigenen Website aneignen.
Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Einführungskurs Dreamweaver".

JO 8338 G – Wochenendseminar – Grünwald
Dr. Thomas Wecker · Pfarrheim St. Peter und Paul · Schloßstr. 4 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · 23./24.7.2011 · € 139.– · 7 Plätze

Aufbaukurs Adobe Dreamweaver
Im Dreamweaver-Aufbaukurs lernen Sie die weitergehenden Funktionen dieses mächtigen Autorentools kennen. Neben dem Einsatz von Styles und Stylesheets sowie der Verwendung von Bibliotheken wird auf die Entwicklung dynamischer Elemente und das Zusammenspiel mit Flash und Fireworks eingegangen.
Kursinhalt: Rückblick Grundlagen; erweiterte HTML-Programmierung; Ebenenkonzept, erweiterter Einsatz von Styles und Stylesheets, Bibliotheken, Javascript und DHTML-Elemente, Einbinden von Grafiken und Animationen, fortgeschrittenes Site-Management.
Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend dem Einführungskurs.

JM 8340 – Wochenendkurs – Innenstadt
Martin Taubenberger · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · sa 9.30 bis 16.30 Uhr · 16.7.2011 · sa/so 9.30 bis 16.30 Uhr · 23.7. und 24.7.2011 · € 169.– · 10 Plätze · ♿

Ferien-Workshop
Eine Profi-Webseite mit Dreamweaver und Photoshop
Arbeiten wie die Webdesigner – in fünf Tagen gestalten und programmieren Sie Ihre eigene Website. Unter fachkundiger Anleitung entwickeln Sie praxisnah einen Layoutentwurf für Ihre Internetseiten in Photoshop, setzen diesen anschließend mit Dreamweaver gekonnt um und optimieren die Text- und Grafikelemente Ihrer Website.
Kursinhalt: Gestaltungsgrundlagen für Webseiten; Grundkonzept: Layout, Navigation und Inhalte; Scribble anfertigen mit Photoshop, technische Umsetzung mit Dreamweaver; CSS anlegen; Navigation und Inhaltsseiten erstellen; Bilder bearbeiten und einfügen; Verlinkungen anlegen; Keywords eintragen; rechtliche Grundlagen, Providerauswahl und Suchmaschinenoptimierung.
Bitte soweit vorhanden, entsprechendes digitales Bildmaterial und/oder digitale Kamera, Inhalte für die Webseite, Provider-Passwörter etc. mitbringen.
Voraussetzung: gute Kenntnisse in Dreamweaver und Photoshop.

JS 8345 – Sendling
Gabriele Götz · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · mo bis fr 9.30 bis 14.00 Uhr · 1.8. bis 5.8.2011 · € 225.– · Lehrbuch € 12.– · 9 Plätze · ♿

Eyecatcher für das Web
Werbebanner mit Adobe Flash erstellen
Flash-Banner werden auf vielen Webseiten als Werbemittel eingesetzt, da sie kostengünstig zu erstellen sind, als bewegtes Bild Aufmerksamkeit auf sich ziehen und hinsichtlich der Zielgruppe eine gute Treffsicherheit bieten. Im Kurs lernen Sie die vielfältigen Animationsmöglichkeiten von Adobe Flash kennen und erstellen Schritt für Schritt ein animiertes Werbebanner.
Kursinhalt: Programmoberfläche und Werkzeuge; Zeitleiste und Bühne; Movieclips und Instanzen; Bewegungs- und Form-Tweening; Animation am Pfad entlang; Arbeiten mit Masken; Textanimation; Import von Grafiken; Banner-Formate; Banner planen, erstellen und verlinken; Export und Publikation; Besprechung von positiven und negativen Beispielen mit Blick auf die Zielgruppen.
Bitte mitbringen: Layoutblock A3, Fineliner F und M schwarz; Lineal, Bleistift und weichen Radiergummi.
Voraussetzung: gute PC-Kenntnisse; Kenntnisse in Bildbearbeitung sind von Vorteil.

JM 8358 – Innenstadt
Susanne von Gemmingen-Taslaman · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · mo bis mi 9.00 bis 15.00 Uhr · 1.8. bis 3.8.2011 · € 149.– · 9 Plätze · ♿

Die Inhaltmacher – Typo3 für Online-Redakteure
Mit dem kostenlosen Content-Management-System Typo3 aktualisieren Online-Redakteure ihre Internetseiten im Handumdrehen. Im Kurs lernen Sie Typo3 aus redaktioneller Sicht kennen und erarbeiten sich die Backend-Oberfläche und ihre vielfältigen Funktionen anhand praktischer Beispiele.
Kursinhalt: Typo3-Grundlagen; Installation einer Testumgebung; Arbeiten mit der Redaktionsoberfläche (Backend); Seitenstruktur erzeugen; Seiteninhaltstypen; Seiten anlegen und veröffentlichen; Texte, Bilder und weitere Inhaltstypen einfügen; Frontend-Editing; hilfreiche Erweiterungen; Benutzerverwaltung.
Voraussetzung: gute PC- und Internetkenntnisse

JW 8437 – Sonntagsseminar – Pasing
Patrick Lobacher · Volkshochschule · Bäckerstr. 14 ·
so 10.00 bis 17.00 Uhr · 10.7.2011 · € 64.– · 9 Plätze

Multimedia

Final Cut Express
Einfach und günstig zum perfekten Videoschnitt
Final Cut Express ist eine leistungsstarke Lösung für den anspruchsvollen Videoschnitt am MAC und lässt für den Amateur wie für den Profi kaum Wünsche offen. Dieser Workshop weist Sie in die Vielseitigkeit und die Werkzeuge des Programms ein. Mühelos werden Sie Videomaterial importieren, schneiden, mischen und eindrucksvolle Effekte hinzufügen.
Kursinhalt: Oberfläche und Werkzeuge von Final Cut Express, Import und Schnitt unterschiedlicher Videoformate, Titelerstellung, Mischen von Ton und Musik auf mehreren Spuren, Ausgabe des fertigen Films in unterschiedlichen Formaten, Tipps und Tricks.
Eigenes Videomaterial und eigene Kamera können zum Unterricht mitgebracht werden.
Voraussetzung: Grundkenntnisse MAC OS.

JM 8705 – Samstagskurs – Innenstadt
Ullrich Mill · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 3 x sa
9.30 bis 16.30 Uhr · 16.7. bis 30.7.2011 · € 169.– ·
12 Plätze · ♿

Alles im Griff – digitale Bilder präsentieren und verwalten
Wer digital fotografiert, fotografiert mehr und will die besten Schnappschüsse dann auch ansprechend präsentieren!
Dieser Kurs vermittelt im ersten Teil einen Überblick, wie man mit effektiver Archivierung Ordnung in die digitale Bilderflut bringt. Der zweite Teil beschäftigt sich mit einfacher Bildoptimierung, der Ausgabe der Digitalfotos auf Papier, der Präsentation im Internet oder als spannende DVD-Fotoshow auf dem Fernsehgerät.
Kursinhalt: Einsatz und Funktionen eines Archivierungsprogramms; Präsentation von Digitalbildern; einfache Bildoptimierung; Bilder einlesen; Fotoshow erstellen; Nachvertonung; Brennen auf CD/DVD; Tipps zur Druckausgabe; Hinweise zu professionellen Bilderdiensten.
Es werden u. a. Beispiele mit Google Picasa, Photoshop Elements und Magix Fotos auf CD & DVD gezeigt.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

JS 8737 – Samstagsseminar – Sendling
Johann Schneider · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 30.7.2011 · € 59.– · 9 Plätze · ♿

Senioren Volkshochschule

Internet-Workshop
Wiederholungs- und Vertiefungskurs
Sie wollen in der Bedienung des Internets sicherer werden oder bereits vorhandene Kenntnisse auffrischen und erweitern? In diesem Kurs können Sie die Grundlagen wiederholen und vertiefen, aber auch neue Kenntnisse hinzugewinnen.
Kursinhalt: Wiederholung der Grundbegriffe; Browser konfigurieren und aktualisieren; effektive Informationssuche; E-Mail: Organisation, Adressbuch, Anlagen.
Voraussetzung: Internetkenntnisse entsprechend dem Grundkurs.

JS 8831 – Sendling
Rainer Schiller · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Harras · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x do 9.00 bis 12.00 Uhr · 14.7. und 21.7.2011 · € 49.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 9 Plätze · ♿

Internet-Aufbaukurs
Die Grundlagen sind Ihnen vertraut, nun wollen Sie mehr über die Möglichkeiten des Internets erfahren. Im Aufbaukurs lernen Sie, im Internet treffsicher Informationen zu finden, online Preise zu vergleichen und Einkäufe günstig zu erledigen, die beste Bahnverbindung abzufragen und vieles mehr. Darüber hinaus erhalten Sie neben einem Überblick zu weiteren Internetdiensten wie Chat und Newsgroups wichtige Hinweise und Tipps, wie Sie sich gegen Gefahren im Web wirkungsvoll schützen können.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse und Internet-Erfahrungen entsprechend dem Grundkurs.

JM 8844 – Innenstadt
Rosa Ruttmar · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x di/mi 13.30 bis 16.30 Uhr · 12.7. bis 20.7.2011 · € 99.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 10 Plätze · ♿

Ebay – Flohmarkt im Internet
Sie wollten immer schon wissen, wie Internet-Auktionshäuser funktionieren? Sie haben in Ihrem Keller brauchbare Dinge, die nicht ungenutzt verstauben sollen, sondern die Sie zu angemessenen Preisen verkaufen wollen? Ebay bietet Ihnen hierzu die Möglichkeit. In diesem Kurs erfahren Sie anhand vieler praktischer Beispiele, wie Sie Waren bei Ebay sicher kaufen oder erfolgreich verkaufen können.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

JN 8890 – Am Hart
Doris Gmach · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 2 x mi 14.00 bis 17.00 Uhr · 20.7. und 27.7.2011 · € 49.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 8 Plätze · ♿

Soziale Netzwerke für Senioren
Soziale Netzwerke werden zunehmend auch von älteren Internetfans aufgesucht. Entdecken Sie die faszinierende Welt von Facebook und Twitter, aber auch solche Netzwerke, die sich speziell an die Generation 50plus wenden. Hobbys, Reisen, Partnerschaft
zu allen erdenklichen Themen tauschen sich hier Ähnlichdenkende aus. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie die wichtigsten sozialen Netzwerke kennen und erfahren, welche Communities sich für Sie eignen und wie Sie diese nutzen können. Schritt für Schritt wird dabei gezeigt, wie Sie einen Nutzeraccount anlegen, Texte und Bilder einpflegen, sich mit anderen „silver surfern" vernetzen und Ihre Privatsphäre wahren.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

JO 8912 G – Grünwald
Philipp Wimmer · Für Senior(inn)en · Pfarrheim St. Peter und Paul · Schloßstr. 4 · 3 x do 9.30 bis 12.30 Uhr · 14.7. bis 28.7.2011 · € 74.– · 7 Plätze

Musik im Internet
Der Kurs vermittelt einen praktischen Überblick, auf welchen Wegen Sie Musik aus dem Internet herunterladen können, welche Software Sie zum Abspielen und Verwalten der Musikstücke am PC benötigen und wie Sie die Musikstücke auf CD brennen können, um sie auf der heimischen Stereoanlage abspielen zu können.

JO 8930 – Bogenhausen
Caroline Chevillotte · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Rosenkavalierplatz 16 · 2 x fr 13.30 bis 16.30 Uhr · 29.7. und 5.8.2011 (auch in den Schulferien) · € 49.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 8 Plätze · ♿

Digitale Fotos und ihre Bearbeitung am PC Grundlagen
Ein Klick und schon wieder ist ein Bild mit der neuen Digitalkamera erstellt. Doch was tun, wenn das Foto zu dunkel oder unscharf, das Porträt durch rote Augen verunziert ist? Schritt für Schritt lernen Sie, wie digitale Bilder auf Ihren PC gelangen und dort mit dem preisgünstigen Programm Photoshop Elements bearbeitet werden können.
Kursinhalt: Fotos vom Speichermedium auf PC übertragen; Programmoberfläche und Werkzeuge; Grafikformate; einfache Nachbearbeitungen: Größe, Helligkeit und Kontrast; Farbkorrekturen; Rahmen und Schatten; rote Augen entfernen; Bildelemente freistellen; Einführung in die Ebenentechnik; Tipps zum Organisieren und Präsentieren digitaler Bilder.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

JO 8948 – Giesing
Hajo Henke · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Severinstr. 6 · 4 x mi 9.30 bis 12.30 Uhr · 13.7. bis 3.8.2011 · € 99.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 8 Plätze

Das Google-Universum – Werkzeuge und Dienste
Google ist die wohl bekannteste Suchmaschine im Web, aber nicht nur das: mittlerweile bietet Google eine umfangreiche Sammlung nützlicher Werkzeuge und Dienste, die in der Regel jedermann kostenlos zur Verfügung stehen.
Im Kurs erhalten Sie einen Überblick zu den vielfältigen Google-Produkten, lernen u. a. die Bücher- und Produktsuche kennen, nutzen Dienste wie Google-Mail, Google Kalender, Google Earth und Google Maps und schauen hinter die Kulissen der Ideenwerkstatt Google-Labs.
Voraussetzung: Internet-Grundkenntnisse.

JM 8967 – Innenstadt
Caroline Chevillotte · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x mo 9.30 bis 12.30 Uhr · 25.7. und 1.8.2011 · mi 9.30 bis 12.30 Uhr · 27.7.2011 · € 79.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 10 Plätze · ♿

Google Earth – der digitale Globus im Web
Mit Google Earth reisen Sie in Sekundenschnelle zu jedem Punkt der Erde, planen Reiserouten und bestaunen Sehenswürdigkeiten teilweise sogar in 3D-Ansicht. Im Kurs lernen Sie die vielfältigen Funktionen der virtuellen Erdkugel kennen und erfahren, wie Sie Google Earth mit eigenen Texten und Bildern erweitern.
Kursinhalt: Google Earth installieren und anpassen; Bedienungselemente und Navigation; Orts- und Adress-Suche; Zusatzinformationen einblenden; Spezialfunktionen wie Flugsimulator, Google Sky und Sonnenstandsfunktion; Sehenswürdigkeiten in 3D; Erweiterungen und selbsterstellte Daten; Exkurs Google Maps.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

JN 8972 – Am Hart
Caroline Chevillotte · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Troppauer Str. 10 · 2 x do 9.30 bis 12.30 Uhr · 28.7. und 4.8.2011 · € 49.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 8 Plätze · ♿

Das iPhone – einfach und verständlich!
Das iPhone von Apple ist weit mehr als nur ein Telefon. Mit seinen vielen Funktionen und Erweiterungen, den sogenannten Apps, wird es zum multimedialen Kommunikationsmittel. In diesem Kurs werden die Grundfunktionen (Telefon, Nachrichten, Kalender, Fotos, mobiler Internetzugang) erklärt und die wichtigsten Einstellungen gezeigt. Darüber hinaus erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen für das iPhone optimierten Webdienste und den AppStore mit seiner großen Auswahl an oftmals sogar kostenlosen Programmen, mit denen Sie Ihr iPhone um viele Funktionen und Dienste erweitern können.
Eigene iPhones können gerne zum Unterricht mitgebracht werden.

JM 8980 – Innenstadt
Caroline Chevillotte · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Schwanthalerstr. 2 · 2 x di 9.30 bis 12.30 Uhr · 19.7. und 26.7.2011 · € 49.– · Ermäßigung mit Senioren-Card möglich · 10 Plätze · ♿

Handy im Griff – Grundeinstellungen und Funktionen
In einfach nachvollziehbaren Schritten lernen Sie in diesem Kurs die wesentlichen Funktionen Ihres Handys kennen. Sie installieren SIM-Karte und Akku, nutzen Telefonbuch, Notruf-Funktion und Tastatursperre, navigieren sicher durch das Menü Ihres Handys und stellen das Gerät auf Ihre persönlichen Bedürfnisse ein.
Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Handy samt Ladegerät und Bedienungsanleitung zum Kurs mit.
Die Grundfunktionen werden an Nokia-, Sony-Ericsson und Siemens-Handys demonstriert. Auf Fragen zu anderen Handy-Modellen wird bestmöglichst eingegangen.

JN 8988 – Schwabing
Caroline Chevillotte · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · di 9.30 bis 12.30 Uhr · 2.8.2011 · € 20.– · 10 Plätze

Handy im Griff – Vertiefung
Nach einer Wiederholung der wichtigsten Grundfunktionen üben Sie in diesem Kurs vor allem den Umgang mit Kurznachrichten per SMS (Short Message Service). Dazu lernen Sie zwei Möglichkeiten der Texteingabe kennen, schreiben Mitteilungen, versenden und empfangen eine SMS und erfahren, wie Sie diese speichern, bearbeiten und löschen können.
Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Handy samt Ladegerät und Bedienungsanleitung zum Kurs mit. Die Verbindung zur Kurzmitteilungszentrale sollte zu Kursbeginn bereits in Ihrem Handy gespeichert sein.
Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Handy im Griff – Grundeinstellungen und Funktionen".

JN 8996 – Schwabing
Caroline Chevillotte · Für Senior(inn)en · Volkshochschule · Römerstr. 14 Rgb · mi 9.30 bis 12.30 Uhr · 3.8.2011 · € 20.– · 10 Plätze

Bildung für Menschen mit Behinderung

Internetforen – Soziale Netzwerke
Facebook, stayfriend, myspace, twitter usw. Sie kennen wahrscheinlich diese Namen. Hier lernen Sie, was es mit diesen Internetforen auf sich hat und was diese Sozialen Netzwerke bedeuten.

QN 430 – Schwabing Nord
N.N. · Stiftung Pfennigparade · Bewohnertreff E01 · Barlachstr. 28 · 2 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.7. und 18.7.2011 · € 7.– · 8 Plätze · ♿

Sommer am See – Haus Buchenried

Buchenrieder Woche: Kabarettseminar
Ferienstress all inclusive
Sommer! Urlaub! Abenteuer! Träume! All inclusive! – Und dann: Ernüchterung, Enttäuschungen. Zum Ärgern, bei dem Batzen Geld und der vielen Vorfreude. Oder: zum Lachen! Urlaub – ein Panoptikum voller Witz und Komik: der Stoff schlechthin für Satire und Kabarett. Monologe, Dialoge, Szenen und Songs werden entwickelt, improvisiert, geschrieben, Texte satirischer Autoren umgesetzt. Alles kann ausprobiert werden, was zur kabarettistischen Arbeit gehört, alles wird mindestens so spannend wie die schönsten Ferien – auf alle Fälle lustiger. Am Ende steht eine kurze Vorführung. Bitte alle möglichen Ferienutensilien (Kleidungsstücke, Schläger, Hut, Brille etc.) mitbringen.

TT 3635 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Angelika Beier/Walter Zauner · 25.7. bis 31.7.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 · € 400.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 450.–

Foto: © mocy

Buchenrieder Woche: Lust auf Schreiben?
Ob Tagebuch, Kurzgeschichte oder Science-Fiction-Roman. Am Starnberger See finden Sie in anregender Umgebung Zeit und Ruhe, sich vertieft mit dem Schreiben zu beschäftigen. Mit kreativen Schreibanregungen und im Ausprobieren literarischer Ausdrucksmöglichkeiten entwickeln Sie Ihre eigene Form weiter, Ihre Wahrnehmungen in Worte zu fassen.
Im Austausch mit der Gruppe erfahren Sie, wie Ihr Text auf Andere wirkt, und erhalten Anregungen und Tipps, wie Sie Ihr Geschriebenes ausbauen und noch interessanter gestalten können.

TT 4234 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Britta Loebell M.A. · 16.8. bis 21.8.2011 · Beginn: di 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 380.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 430.–

Buchenrieder Woche: Das Handwerk der Freiheit im Denken und Bewegen – Philosophie und Feldenkrais
Frei zu sein heißt eigenwillig sein, Eigensinn entwickeln. Wie das im Denken gelingen könnte, in der Schärfung unserer Urteilsfähigkeit und Willensfreiheit, bearbeiten wir mit philosophischen Texten u. a. von Peter Bieri (Pascal Mercier).
Frei sein in der körperlichen Bewegung, bewusst die eigenen Grenzen auszuloten und zu erweitern, hier unterstützt uns die gemeinsame „Feldenkraisarbeit".
Sich denkend und bewegend neue Möglichkeiten von Kreativität und Freiheit zu erobern, dazu lädt diese Sommerwoche mit lustvoller „Feldenkraisarbeit" und sinnlichem Philosophieren ein.

TT 4332 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Karin Petrović M.A./Ruth Geiersberger · 22.8. bis 28.8.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 400.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 450.–

Buchenrieder Woche: Die Kunst, das Leben zu tanzen
Das Wort Tanz bedeutet auch „Sehnsucht nach dem Leben". Bioenergetische Körperarbeit und Freier Tanz fördern die Lebendigkeit und können Verbindung schaffen zu unserem ursprünglichen Selbst. Wenn wir bereit sind, die erwünschten und die ungeliebteren Anteile unserer Persönlichkeit wahr- und anzunehmen, können wir der Leichtigkeit und Lebensfreude sowie unseren eigenen Kraftquellen näherkommen. Gedichte, Malen, Tönen, Partnerarbeit, Gruppengespräche und der Aufenthalt in der Natur ermöglichen es, sich zu spüren, zu zeigen und mit anderen zu teilen. Tanzerfahrung ist nicht nötig, jedoch Mut zu ungewohnten Ausdrucksformen und die Bereitschaft, eigene Vorstellungen zu hinterfragen. Eingeladen sind Frauen und Männer jeden Alters. Bitte Lieblingsmusik und -gedichte mitbringen.

TT 4333 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Inge Engel · 22.8. bis 28.8.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 400.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 450.–

Buchenrieder Woche:
Kultur, Land und Leute am Starnberger See
Eine Entdeckungsreise mit dem Fahrrad
Das Würmseebecken mit seiner anmutigen Hügellandschaft und dem einzigartigen Ausblick auf die gewaltige Alpenkette ist als bevorzugte Wohngegend der Reichen und Adeligen bekannt. Bedeutende Künstler und Literaten sind hier zu Hause. Mit dem Fahrrad erforschen wir die Zeugnisse menschlicher Kultur von den Pfahlbauten auf der Roseninsel bis zu den mondänen Villen und Schlössern.
Die Abende sind verschiedenen Vorträgen und dem Gespräch gewidmet. Ein Fahrrad kann mitgebracht oder im Nachbarort ausgeliehen werden.
Informationen unter Telefon (0 81 51) 9 62 00.

TT 4630 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Andrea Büchler · 29.8. bis 4.9.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 400.– · inklusive Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 450.–

Buchenrieder Woche: Fotografie-Workshop
Der entscheidende Moment
Betrachtung von Landschaft und Natur
In diesem Workshop wird ein kontemplativer Zugang zur Fotografie gesucht – durch die Betrachtung von Landschaft und den Phänomenen der Wandlung darin. Es soll eine Sehweise geschult werden, die sich nicht auf die bloße Abbildung der Realität beschränkt. Ziel ist, das Geheimnis eines Moments zu ergründen und das Unsichtbare sichtbar zu machen. Ein theoretischer Teil mit Wahrnehmungsübungen, Bildbesprechungen sowie Foto-Exkursionen in die Umgebung sind vorgesehen. Voraussetzung zur Teilnahme ist die Bereitschaft und Offenheit, sich auf einen kreativen Prozess einzulassen, der die gewohnten Bahnen eines Fotokurses verlässt.
Bitte Kameraausrüstung und Fotomaterial mitbringen; falls Sie digital fotografieren, nach Möglichkeit einen Laptop. Weitere Informationen werden vor Seminarbeginn verschickt.

TT 4636 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Andreas Lang · 29.8. bis 4.9.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 · € 400.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 450.–

Buchenrieder Sommeratelier: Vom Kunstwollen zur Bildfindung 2 – Atelier für Malerei mit deckenden Farben (Öl, Acryl, Gouache)
Die Teilnehmenden malen an ihren Bildern und erhalten Hilfe bei der Artikulierung und Umsetzung ihres persönlichen Kunstwollens. Im theoretischen Teil werden neben maltechnischen Grundlagen die drei Grundmuster der Bildfindung behandelt: rezeptives Malen nach der Natur, rational gesteuerte Bildentwicklung und das „Auffinden" des Bildanlasses in einem autonomen, intuitiven Malprozess.
Bitte eine gewisse Malerfahrung und eigene Malutensilien mitbringen. Materialien zum Ölmalen sind auch im Kurs erhältlich. Kosten nach Verbrauch. Zum Abschluss ist eine Führung durch das Buchheim Museum vorgesehen.

TT 4736 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Gershom von Schwarze/Silvia Götz · 29.8. bis 4.9.2011 · Beginn: mo 15.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 410.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 460.–

Buchenrieder Woche: Dem Farblicht auf der Spur
An diesen vier Spätsommertagen wird versucht, dem Geheimnis des Farblichts in der Malerei auf die Spur zu kommen. Wir begeben uns in die Natur und sammeln visuelle Eindrücke am Wasser oder unter den großen, alten Bäumen, um sie gestaltend im Bild neu zu ordnen.
Erkunden Sie, wie die Farben zueinander zu setzen sind und was das Farblicht ausmacht. Finden Sie die richtigen Kontrastfarben und lernen Sie, einen Hell-Dunkel-Verlauf im Bild aufzubauen. Wie Sie die Bildfläche räumlich organisieren, erfahren Sie beim Zeichnen in der Natur unter fachkundiger Anleitung.
Bitte Grundausrüstung an vorhandenen Malutensilien bitte mitbringen. Informationen unter Telefon (089) 21 75 20 25.

TT 5136 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Cornelia Eichacker · 12.9. bis 16.9.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: fr 11.00 Uhr · € 250.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 290.–

Buchenrieder Woche: Englisch Brushup – Stufe A2
If you haven't had English or spoken it for a longer time, you will need an easy grammar and vocabulary review. Special speaking training will help you overcome your shyness and inhibitions in the lovely atmosphere of Haus Buchenried. Please bring a dictionary.

TT 5139 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Sharon Slager · 12.9. bis 16.9.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: fr 11.00 Uhr · € 320.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 360.–

Zwischen heiliger Kuh und High Tech: Indien entdecken am Starnberger See
Europäisch anmutende Großstädte und mittelalterlicher Dörfer, unvorstellbarerer Reichtum und unbeschreibliche Armut: Vielfalt und Gegensätze prägen das Leben auf dem indischen Subkontinent. Seit Jahrhunderten übt die Geisteswelt Indiens eine Anziehung auf Menschen des Westens auf der Suche nach seelischer und geistiger Erfüllung aus. Wie lebt es sich zwischen diesen extremen Gegensätzen? Wie prägen traditionelle Spiritualität einerseits und modernes Denken andererseits das Leben der Inderinnen und Inder? Wir tauchen ein in Gesellschaft und Kultur Indiens. Mit Filmen, Expertenvorträgen und literarischen Kostproben wollen wir uns den Antworten nähern.
In Zusammenarbeit
mit der Europäischen Akademie Bayern e. V.

TT 5231 – Wochenendseminar – Haus Buchenried
Gurdatar Singh Bal/Maria Püschel/Birgit Schmitz-Lenders · 16.9. bis 18.9.2011 · Beginn: fr 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 120.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung, Einzelzimmer € 140.–

Konflikte verstehen und fair lösen
Konflikte rauben Zeit, Nerven und Energie: Gegensätze stoßen aufeinander, es scheint nichts mehr weiter zu gehen. Konflikte können aber auch positive Veränderungen anstoßen und konstruktive Lösungen hervorbringen. Um das zu erreichen, muss das eigene Konfliktverhalten untersucht, Methoden der Bearbeitung geübt und die emotionalen Verquickungen geklärt werden. Ziel ist es, mit mehr Kompetenz und konkreten Ideen an künftige Konflikte heranzugehen. Dazu dienen Informationen über Konflikte, Konfliktverhalten und Rollenspiele, Feedbackübungen und Diskussionen.

TT 5238 – Wochenendseminar – Haus Buchenried
Dr. Roland Feldmann/Bettina Hof · 16.9. bis 18.9.2011 · Beginn: fr 18.00 Uhr · Ende: so 14.00 · € 160.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 185.–

Buchenrieder Sommeratelier:
Holzbildhauen mit der Kettensäge im Skulpturenpark
Die Elektrokettensäge – inzwischen ein Billigwerkzeug – hat die Holzbildhauerei revolutioniert. Der Prozess der Formwerdung ist verkürzt, die damit verbundene körperliche Anstrengung reduziert. Deshalb ist dieser Workshop für alle Altersgruppen und beide Geschlechter geeignet – auch für Anfänger/innen. Vorausgesetzt wird die Bereitschaft zu körperlicher Arbeit im Freien. Die praktische Arbeit an der Säge und die Einführung in deren Handhabung wird ergänzt durch Übungen in Entwurfsplanung und Bildhauerzeichnung. Zum Abschluss ist eine Führung durch das Buchheim Museum vorgesehen.
Information unter Telefon (0 81 57) 92 52 92.

TT 5336 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Gershom von Schwarze/Johannes Hofbauer · 19.9. bis 25.9.2011 · Beginn: mo 15.00 Uhr · Ende: so 14.00 Uhr · € 580.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung, aber ohne Elektrosäge und Ausrüstung, die von den Teilnehmenden mitgebracht werden müssen · Einzelzimmer € 630.– · Materialkosten je nach Verbrauch (ca. € 30.–) im Seminar zu zahlen

Foto: Archiv Buchenried

Buchenrieder Woche:
Mythos Bayern – Laptop, Lederhosen, Oktoberfest
Eine einwöchige sozial-historische Spurensuche nach dem spezifisch Bayerischen. Kein anderes Bundesland versteht es so sehr wie Bayern, den Anspruch staatlicher und kultureller Eigenständigkeit aufrechtzuerhalten. Keines wird so sehr mit einer Partei und einer Religion identifiziert wie Bayern. Wird außerhalb Bayerns manche Demonstration dieser Eigenständigkeit auch als skurril betrachtet, scheint der Erfolg dieser Haltung doch Recht zu geben. Aber woran liegt's? An der Landschaft, den Bajuwaren, den Römern, dem Katholizismus, den Wittelsbachern, dem Freistaat oder der CSU?

TT 5431 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Reinhard Falter M.A. · 26.9. bis 30.9.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: fr 11.00 · € 260.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 300.–

Buchenrieder Woche: Shodo – japanische Schreibkunst
Sie erlernen die Grundlagen der traditionsreichen japanischen Schreibkunst „Shodo", bei der die Schriftzeichen mit Pinsel und Tusche auf Seidenpapier gemalt werden. Die Kunstform „Shodo" wurde im Mittelalter stark vom Zen-Buddhismus beeinflusst und bedeutet daher nicht nur die Lehre vom schönen Schreiben, sondern auch meditative Beschäftigung und intensive Auseinandersetzung mit dem eigenen „Ich". Trainiert werden auch Kreativität und Konzentrationsfähigkeit.
Vorkenntnisse sind erwünscht, aber nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Shodo-Malmaterial (falls vorhanden), bequeme Kleidung.

TT 5436 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Nobuko Häufle-Yasuda · 26.9. bis 30.9.2011 · Beginn: mo 18.00 Uhr · Ende: fr 11.00 Uhr · € 260.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 300.– · Zuzüglich Materialgeld ca. € 20.– im Seminar zu zahlen

Power of Drums – Afro-Percussion-Workshop
Drum and life is a beach – wenn der Rhythmus stimmt!
Auf der Djembe und den großen Malinke-Basstrommeln werden wir uns populäre Rhythmen aus Guinea erarbeiten. Der charakteristische Groove der Malinke-Rhythmen basiert auf den erdigen, warmen Tönen der Basstrommeln und dem brillianten, knackigen Sound der beliebten Djembe.
Über diesen Rhythmusteppich setzt die Solo-Djembe ihre individuellen Phrasen in Korrespondenz mit den Bassfiguren. Das Ganze werden wir mit viel Spaß und Spielfreude angehen. Ab Niveaustufe Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.

TT 5635 – Wochenseminar – Haus Buchenried
Peter Neerava Schmidt · 30.9. bis 3.10.2011 · Beginn: fr 18.00 Uhr · Ende: mo 14.00 Uhr · € 210.– einschließlich Unterkunft und Verpflegung · Einzelzimmer € 240.–

Motiv: Harmonie/Nobuko Häufle-Yasuda